Răzvan Alexandru Petre

SPIRITUALITATEA ÎN PSIHOLOGIE

Culegere de texte publicate de autor
în website-ul *www.spiritus.ro*,
cu următoarele subiecte de interes:
psihic, suflet, spirit, minte, conştiinţă,
ego, personalitate, iluminare, eliberare,
fericire, transă, halucinaţii, autosugestie,
credinţă, psihologie integrală şi
transpersonală

SPIRITUS.RO

Bucureşti, 2014

Colecţia PSIHOLOGIE ŞI SPIRITUALITATE

SUMAR

1. CONCEPŢII şi METODE PSIHO-SPIRITUALE
Pe muchia „Gândirii pozitive” (2003) 3
Credinţa nu este autosugestie 5
Mintea este mai mult decât creierul (2009) 7
Creier vesel, creier trist 11
Rolul important al Spiritului 13
Spiritualitatea în 5 ilustraţii (2010) 15
Lecţia 1: Omul şi Universul 17
Lecţia 2: Crearea omului 19
Lecţia 3: Somnul 21
Lecţia 4: Stări ale conştiinţei 22
Lecţia 5: Moartea 25
Sufletul şi Sinele - cea mai frumoasă poveste de iubire (2010) 27
Consideraţii teoretice despre suflet şi spirit 27
Practica devoţiunii faţă de Sine 30
Pentru sceptici 33
Pentru cătătorii spirituali mai avansaţi 34
Noţiuni despre iluminarea spirituală 35
Contraindicaţii. Încheiere 37
Larvele şi fantasmele (fişă de lectură) (2011) 38
Conştiinţa Transpersonală (2012) 42
Spectrul conştiinţei 42
Suprapuneri între spiritualitate şi psihologie 45
Momentul prezent 46
Realitatea non-dual, fără limite 48
Avertizare: spiritualitatea de clan! 52

2. EGO şi SINE
Identitatea de sine – nucleu al personalităţii (2008) 54
Cine sunt eu? 54
Sinele şi conştiinţa 56
Tulburarea disociativă de identitate 57
Studii de caz despre personalitatea multiplă 62
Modelul trinitar al psihicului: minte-conştiinţă-spirit (2009) 68
Despre ego-ul uman (2009) 76
Modelul trinitar şi locul ego-ului 77
Tehnica psihologică „Fără eu!” 80

3. TRANSĂ şi ILUMINARE
Mistică sau halucinaţii? (2011) 85
Stările modificate de conştiinţă nu sunt patologice 86
Diagnostic şi tratament 88
Psihopatologie şi parapsihologie 90
Mai multe conştiinţe (2012) 96
Iluminarea spirituală descrisă printr-un model material 98
Iluminarea este o inundare cu particule spirituale 99
Iluminarea spirituală, declanşarea unei noi funcţii psihice (2012) 104
Eugenia prin iluminare 104
Iluminarea trebuie pregătită 105

Ego-ul, îmblânzit, nu anihilat 105
Trezirea semănă cu spiritul 106
Caracteristicile conştiinţei spirituale 106
Cale spre iluminare 107
Iluminare şi magie 108
Plata pentru iluminare 109
Critica obscurantistă a căilor orientale 111
Argumente anti-misticism oriental comentate 112
Yoga tradiţională, un sistem profund spiritual 116
Hipnoza şi iluminare conştiinţei 117
Unde e fericirea? (2012) 121

4. PSIHOLOGIE SOCIALĂ
Formalizarea disonanţei cognitive (2009) 124
Cele 4 moduri de reducere a disonanţei cognitiv-afective 125
Exemple de aplicare a celor 4 moduri de reacţie la disonanţă 127

5. DIALOGURI
Forum de psihologie transpersonală (2005-2006)
Sectele şi psihologia transpersonală 130
Dizolvarea ego-ului 133
După ce o să vă fie dor când o să muriţi? 136
Răspunsuri acordate cititorilor
Nu citeşti poezie privind la ştiri (2007) 137
Gânduri de sinucidere (2006) 139
Iubirea (?) pe internet (2006) 140
Copil somnambul (2009) 142
Umilire şi naivitate (2011) 143

6. PANSEURI ŞI AFORISME (2008-2014) 147

PE MUCHIA „GÂNDIRII POZITIVE”

Articolul de mai jos nu este un studiu erudit de psihologie, ci un semnal de alarmă, adresat acelora care utilizează defectuos metoda psihologică a „gândirii pozitive”. Fie că s-a înţeles greşit, fie că s-a răspândit sub o formă vulgară, fie că intenţionat este folosită deformat de către unele persoane, ea poate avea şi efecte periculoase asupra celor care o aplică exagerat.

Principiul pe care se bazează gândirea pozitivă afirmă că „subconştientul omului este un fel de computer care operează cu programele mentale pe care i le inoculăm chiar noi, mai mult sau mai puţin conştient; dacă schimbăm lucid programul, toată susţinerea psihică se modifică în sensul dorit”. Este şi nu este aşa. Subconştientul nu este un robot cu o minte infantilă. Este la fel de inteligent ca mintea conştientă, dacă nu chiar mai deştept şi mai bine informat. În loc să îl credem un sclav al intenţiilor noastre, mai bine să ni-l apropiem ca pe un prieten apropiat, egal şi bine intenţionat în a ne ajuta.

Pe principiul, pe jumătate corect, menţionat mai sus se bazează şi unul din procedeele gândirii pozitive, pe care îl vom analiza în continuare. Atunci când starea psihică este deplorabilă, suntem învăţaţi să mentalizăm puternic ideea „sunt bine, sunt bine!”. Nu negăm că, în situaţii de urgenţă, o asemenea încurajare ne poate ajuta să depăşim un moment greu. Sau că, prin autosugestie, ne putem construi temporar o anumită stare psihică, preferabil minunată. Noi însă criticăm aici autosugestia de drum lung, care spune mereu „sunt”, în loc de mult mai adecvatul „vreau să fiu”. Obişnuinţa de a-şi impune o simţire neconformă cu starea de fapt va duce persoanele labile psihic să se mintă în permanenţă. Vor începe să confunde realitatea cu propriile păreri şi îşi vor atrofia treptat discernământul. Lumea exterioară va înceta să le mai trezească interesul şi îşi vor crea singure un joc iluzoriu al pseudo-percepţiilor. Această izolare faţă de mediu, într-o singurătate fabulatorie, este preludiul şi chiar finalul bolilor psihice.

Trebuie să recunoaştem totuşi motivaţia ştiinţifică a acestui procedeu, şi anume trimiterea unui mesaj clar către subconştient, mai ales prin imagini. Dar, reprezentarea mentală conform dorinţei noastre este o simplă metodă de comunicare cu el. Important este să nu confundăm lucrurile. Odată mesajul trimis, să nu mai insistăm în producerea imaginilor mentale, care ar putea deveni o obsesie, ci să ne continuăm treburile obişnuite!

Există o altă cale, mult mai raţională, de a ne ajuta optimismul şi a ne mobiliza energiile lăuntrice în situaţiile critice. Să folosim fraze de încurajare şi de transformare interioară, dar formulându-le conform cu

realitatea prezentă. Acceptăm că acum este mai rău, dar ne impunem şi suntem convinşi că o să fie mai bine în curând. Acel „vreau să" dă comanda hotărâtă ca ceva să se schimbe, iar subconştientul va căuta prin metodele sale rafinate şi inteligente să ne îndrume, pe nebăgate de seamă, către situaţii favorabile.

Desigur, se poate întâmpla ca voinţa noastră să nu fie destul de puternică, sau să fim perturbaţi (de programe mentale negative induse asupra noastră prin farmece, blesteme, pedepse de destin, entităţi malefice, legături telepatice cu persoane duşmănoase etc.). În această situaţie, voinţa se poate întări şi prin reprezentarea mentală a unui scenariu favorabil. Dar aceasta nu înseamnă să ne lăsăm înrobiţi de o imaginaţie fără discernământ. Voinţa trebuie întărită, nicidecum ocolită.

MUNTE, MUTĂ-TE!

Vom deschide aici o acoladă despre mult-citata afirmaţie cristică *„Dacă aţi avea credinţă cât un grăunte de muştar şi i-aţi zice muntelui acesta «Mută-te de aici, acolo», s-ar muta; nimic nu v-ar fi cu neputinţă.*" (Matei 17.20). Mulţi invocă această afirmaţie celebră, mai ales când vor să-i pună pe alţii în inferioritate. De aceea, poate că este cazul să o disecăm puţin, cu textul Scripturii în faţă. Iată care au fost împrejurările. *„Un tată necăjit a căzut în genunchi înaintea lui Isus, spunându-I: «Doamne, ai milă de fiul meu, căci este lunatic şi pătimeşte rău... l-am adus la ucenicii Tăi şi n-au putut să-l vindece». Isus a certat dracul, care a ieşit afară din el. Şi băiatul s-a tămăduit chiar în ceasul acela.*" (Matei 17.14,15,16,18) *„Atunci ucenicii au venit la Isus şi I-au zis de-o parte: «Noi de ce n-am putut să-l scoatem?»* (Matei 17.19) «*O, neam necredincios şi pornit la rău!*» (Matei 17.17) «*Din pricina puţinei voastre credinţe.*» (Matei 17.20)

În acel context Învăţătorul şi-a permis un strigăt de disperare în faţa neputinţei oamenilor de a-L înţelege. Nici măcar ucenicii Săi nu se puteau deschide către Iubirea şi Puterea ce ţâşnea din trupul Divinului Isus. De mult adunase El în suflet atâta nemulţumire încât să-i certe aşa: «Până când voi fi cu voi? Până când vă voi suferi?» (Matei 17.17). Reproşul Său era generalizat, pentru că gloata celor care-L urmau nu se prea ridica la nivelul de înţelegere spirituală şi puritate cerut de Prezenţa Divină a lui Isus.

„Puţina lor credinţă" nu se referea la puterea lor mentală de a-şi imagina alungarea bolii sau la gândirea insuficient de „pozitivă". Probabil că ei gândeau destul de pozitiv, ca apropiaţi ai Marelui Maestru, făptuitorul atâtor minuni. Deci nu atât neîncrederea în sine era invocată, ci cea în puterea pe care o transfera Isus, purtătorul harului spiritual. Mântuitorul şi-a completat imediat explicaţia mustrătoare, lămurind cauza profundă a neputinţei lor, şi anume, lipsa comunicării directe cu Dumnezeu: «*Acest soi de draci nu iese afară decât cu rugăciune şi cu post.*» (Matei 17.21)

Credinţa nu este autosugestie

Concluzia acestei acolade este că credinţa diferă de autosugestie. Credinţa vine din inima spirituală, având supravegherea raţiunii şi se adresează deţinătorilor Puterii – fie Dumnezeu, fie Fiul Său. Prin urmare, să lăsăm Persoanele Divine să decidă dacă merităm sau este potrivit să primim ceea ce cerem.

Este, desigur, posibil ca o mare putere să fie declanşată din subconştientul personal, fără nici o conotaţie religioasă. Atunci, da, se poate vorbi de căi (inclusiv gândirea pozitivă) prin care să exploatăm posibilităţile umane la maximum. Să ne amintim de puterea blestemului pe care Isus din Nazaret l-a proferat asupra smochinului neroditor. Ce putere mentală colosală avea acest om! Totuşi, Isus, iscodit fiind de apostoli, nu le-a vorbit despre ea, ci a insistat pe ceea ce le era mai de folos: pe imensa forţă a credinţei şi rugăciunii către Prea-înalt şi pe condiţia ca ruga să le fie ascultată – compasiunea către semeni şi puritatea sufletească.

Iar printr-un asemenea gest teribil (ca şi alungarea negustorilor din Templu) ne-a lăsat să înţelegem, în plus, că Dumnezeu nu este dispus să rabde la nesfârşit nici nesimţirea, nici lenea, nici egoismul, nici răutatea şi nici alte defecte în care ne complăcem. Şi poate că ar fi bine să fim informaţi că nu întotdeauna deţinerea unei mari puteri ne este de folos spiritual. Apar atâtea tentaţii care ne pot pierde...

Modernii tehnicii de autosugestie s-au mai inspirat dintr-o altă spusă a Mântuitorului: „*Orice lucru veţi cere când vă rugaţi, să credeţi că l-aţi şi primit şi-l veţi avea*". Aceasta poate fi una dintre cheile succesului, dar şi o manifestare paranoică. Se ştie că nebunii au o mare putere de convingere, rămânând totuşi inadaptaţi realului. S-ar putea spune că între gândirea corectă şi forţa voinţei este întinsă o coardă, pe care omul sănătos trebuie să stea în echilibru acrobatic.

Din punct de vedere energetic, forţa voinţei constă în expansiunea unui câmp mental care îi domină pe cei din jur şi ne stimulează permanent propriile gânduri (devenite total optimiste şi creative înspre succes). Îndemnul lui Isus ne alungă îndoiala că ruga noastră a ajuns în Infinit şi că va fi împlinită de Atotputernicul, într-o formă sau alta. Este mai degrabă un sentiment, o intuiţie, un răspuns instantaneu din partea spiritului cu o conştiinţă curată, şi nu atât o gândire elaborată.

Oamenii diferă prin cuantumul de optimism pe care îl au, dar nimeni n-ar trebui să-şi piardă vreodată speranţa de mai bine. Pe acest sentiment de speranţă se bazează şi gândirea pozitivă (sau „programarea pozitivă a minţii"), care direcţionează energiile individului către ţeluri precise, dezirabile şi realizabile. Nimic rău în aceasta, ba dimpotrivă.

Cu totul diferită este însă „TRANSFIGURAREA REALITĂŢII", adică auto-halucinarea. Ea trebuie descurajată de către păzitorii sănătăţii psihice, fiind acceptabilă doar ca o modalitate de creaţie artistică sau ştiinţifică, sau în circumstanţe extrem de critice relativ la integritatea

fizică sau psihică. Transfigurarea realităţii, ca mod de viaţă, este un procedeu complet laş. Din punct de vedere spiritual, suferinţa ne este dată ca să învăţăm ceva din ea. Omul trebuie să fie lucid, cu percepţiile treze şi să nu se păcălească singur prin alcool, droguri, medicamente psihice sau respingerea adevărului. Transfigurând, omul îşi adoarme vigilenţa, trăind în iluzie, ca un drogat.

Speranţa se referă întotdeauna la viitor, pe când transfigurarea este o răstălmăcire a prezentului, adică o mistificare, un fals. Fără nădejde, omul rămâne o ruină, pierzându-şi entuziasmul. Speranţa este nu numai necesară, ci chiar obligatorie. Ea ne ţine în viaţă. În schimb, transfigurarea ne perverteşte mintea, care îşi va crea o lume paralelă. Suferinţa trebuie simţită aşa cum ne-o dă viaţa (desigur, fără exagerări masochiste). Însă, a gândi că „e bine" când, de fapt, „e rău" nu este doar o inversiune, ci chiar o perversiune mentală. Şi, pentru că suferinţa dată de soartă devine sterilă, ea se va repeta, ca să-şi atingă scopul educativ – conştientizarea propriilor greşeli şi îndreptarea lor. Omul nu rămâne cu mare lucru dacă ocoleşte lecţiile grele. De aceea, va îndura şi cu altă ocazie dificultăţile pe care le-a „fentat". Nu putem atinge Perfecţiunea cu şmecherii şi minciuni.

Ca să întărim aceste afirmaţii, poate greu de acceptat, să ne amintim o pildă bine-cunoscută: cumplitele suferinţe ale Mântuitorului Isus în ziua uciderii Sale. Cea mai de neînţeles şi revoltătoare este agonia sa pe cruce. Aşa cum unii iudei întrebau atunci, repetăm şi noi sfioşi: de ce Dumnezeu Tatăl L-a părăsit în imensele Sale dureri? Se poate răspunde în mai multe feluri, dar este, în mod cert, o pildă scrisă cu sânge, ca să n-o uităm vreodată. Ea ne lămureşte că suferinţa este omniprezentă pe Pământ şi că omul nu o poate evita. Fiecare dintre noi trebuie „să-şi poarte crucea". Însuşi Fiul lui Dumnezeu a trebuit să suporte răstignirea, ca oricare om, ne-evadând din realitate prin nici un procedeu suprafizic, yoghin sau mistic. Aşa cum făcuse nenumărate miracole, ar fi putut face şi în această împrejurare nefastă. Dar n-a făcut...

Prin urmare, acesta e modul în care ar trebui să întâmpinăm şi noi greutăţile vieţii – cu luciditate şi curaj.

2003

MINTEA ESTE MAI MULT DECÂT CREIERUL

„Mintea e creierul, creierul e mintea”. Acest slogan propagandistic este emis de către unii cercetători în neuroştiinţe. Dar convingerea lor personală nu poate ţine loc de concluzie filosofică, din considerentele ce urmează mai jos.

Există cel puţin două argumente principiale care contrazic acest slogan. Unul ţine de inconsistenţa internă a raţionamentului filosofic care stă la baza afirmaţiei amintite. În al doilea rând, există fenomene obiective care îl infirmă de-a dreptul. Să le detaliem.

Cercetările în orice domeniu ştiinţific se bazează pe o anumită paradigmă (set de teorii acceptate, mod dominant de gândire). Pentru familiaritate, în cele ce urmează vom redenumi paradigma ştiinţifică prin cuvântul „doctrină ştiinţifică”. Neuroştiinţele au ca obiect de studiu programatic CREIERUL. În doctrina lor, se postulează că activitatea creierului generează mintea. Dar aceasta este doar o ipoteză de lucru, considerată validă până la proba contrară. Savanţii recunosc sincer că studiile de până acum sunt departe de a ne descifra complet funcţionarea creierului şi, cu atât mai puţin, alte fenomene aşa-zis „parapsihologice”. Totuşi, ei speră optimişti că, într-un viitor nespecificat, creierul va fi desluşit total şi se va demonstra că activitatea mentală nu este decât „*o secreţie a neuronilor*”.

Acest raţionament se fondează, prin urmare, pe SPERANŢE şi CONVINGERI personale, izvorâte din ipoteza de lucru, nicidecum pe o demonstraţie ştiinţifică şi filosofică riguroasă. Faptul că există observaţii şi experimente care contrazic flagrant ipoteza de lucru a neuroştiinţelor este ignorat. Ei preferă „ascunderea gunoiului sub preş” (ignorarea contra-argumentelor, într-un mod total neştiinţific) sau chiar înaintarea unor pseudo-explicaţii slabe, din frica de a renunţa la vechiul mod de gândire al secolului XX. De fapt, ar însemna să renunţe la speranţa lor nedisimulată că, studiind creierul, vor înţelege mintea. Or, se ştie că „speranţa moare ultima”… *„Cum oare să studiezi mintea în afara creierului???”*, ar putea întreba retoric aceştia.

Un geniu dintr-un domeniu limitat al ştiinţei, să spunem un savant care studiază creierul, se poate face de râs în public cu aserţiuni nefondate. Trebuie să diferenţiem clar între calitatea sa indiscutabilă de savant şi cea de filosof amator. Ipotezele de lucru folosite în doctrina ştiinţifică adoptată de el nu pot fi declarate adevăruri ultime, pentru că lipseşte demersul ideatic specific rigorii filosofice, care cere stăpânirea unui volum cât mai vast de cunoştinţe din toate domeniile (pentru a evita o viziune unilaterală, trunchiată).

Pentru a înţelege mai bine acest lucru, vom face o paralelă cu activitatea unui poliţist. Poate că nu există altă categorie profesională care să cunoască mai bine lumea infractorilor decât cea a oamenilor legii şi ordinii. În activitatea sa, poliţistul s-a convins că infractorii pot proveni din toate categoriile sociale, iar unii pot chiar să disimuleze atât de bine faptele, încât cineva neexperimentat i-ar absolvi imediat de orice bănuială. De aceea, poliţistul poate nutri convingerea personală, întărită de atitudinea profesională, că oricare dintre cetăţeni este un posibil infractor. Totuşi, nici un poliţist nu declară public faptul că *„toţi oamenii sunt nişte infractori potenţiali”*, ca fiind crezul său filosofic. Este o chestiune de bun-simţ. Deci, cât de calificat este un neurolog să îşi dea cu părerea în chestiuni filosofice? Ar putea fi îndreptăţit să filosofeze public numai dacă ar avea şi rigoarea necesară...

Unii cercetători din neuroştiinţe se bazează însă pe autoritatea câştigată în domeniul lor profesional ca să lanseze pseudo-adevăruri filosofice, precum cel că *„mintea este creierul”*...

Până la un punct, putem tolera şi înţelege acest exces de zel în a împărtăşi omenirii credinţa lor personală. Astfel:

1. Din punct de vedere ştiinţific, ei nu au instrumente pentru a explora fenomenele care ies din doctrina neuroştiinţelor. Pentru ei, invizibilul nu există, din cauză că nu poate fi studiat cu instrumentele existente. Pe de altă parte, pentru inventarea altor tipuri de instrumente adecvate noii realităţi, ar fi nevoie de schimbarea teoriei însăşi. Prin urmare, prioritară este schimbarea doctrinei, atitudinii ştiinţifice, care va atrage chiar o metodologie şi concluzii absolut noi.

2. Din punct de vedere psihologic, poate că savanţii si-ar pierde entuziasmul pentru studierea creierului (necesară şi ea!) dacă ar fi convinşi că sediul minţii este invizibil, aflându-se în altă parte decât creierul însuşi. De asemenea, este ştiut că orice om are tendinţa de a generaliza cunoştinţele limitate pe care le are, construindu-şi pe baza lor o „filosofie de viaţă” proprie. Totuşi, să nu confundăm „filosofia de viaţă” cu adevărata filosofie!

Aceste opinii pot fi înţelese, dar în acelaşi timp combătute, pe cale paşnică, cu argumente raţionale, dacă ele dăunează mentalităţii colective. De aceea am şi numit afirmaţia de la începutul articolului ca fiind un „slogan propagandistic” al ideologiei materialiste. Dincolo de naivitate sau de educaţia primită, se poate întrevedea la unii o dorinţă de persuasiune inexplicabilă asupra cititorilor de ştiinţă popularizată. Ei chiar ne forţează să-i credem că ştiinţa va demonstra cândva că „mintea este creierul”... dar nu ni se oferă şi garanţii în acest sens. Asta e ideologie, nu ştiinţă!

În realitate, mintea nu este doar creierul, dovadă stau mărturiile celor întorşi din moarte clinică (NDE – experienţele din preajma morţii), ca şi experienţele paranormale (telepatie, proiecţie astrală, psihokinezie etc.) omniprezente în istorie şi pretutindeni în lume, astăzi mai mult ca

oricând. Ieşind cu totul din doctrina neuroştiinţelor, ele provoacă o mare nemulţumire savanţilor de stil vechi, pentru că le solicită o reevaluare a fundamentelor ştiinţifice cu care au fost educaţi (îndoctrinaţi) în şcoală.

Aceste fenomene stranii sugerează inconsistenţa modelului explicativ neurologic. El este valabil în medicina creierului, în aplicaţii practice plecând de la creier sau avându-l ca scop final, dar nu poate fi generalizat filosofic. Este important să reţinem valoarea practică limitată a unei doctrine ştiinţifice, dar să nu o confundăm cu valoarea sa teoretică generală. De exemplu, unui om cu preocupări lumeşti i-ar fi de ajuns să ştie că Soarele se învârte cu regularitate de ceasornic în jurul Pământului, fiindcă mecanica cerească nu joacă nici un rol în viaţa lui cotidiană. De altfel, omenirea a trăit mii de ani cu această convingere, care s-a dovedit suficientă la vremea respectivă...

Asimilarea unei noi doctrine ştiinţifice nu înseamnă renunţarea completă şi dintr-o dată la cea anterioară, căci cunoaşterea umană necesită continuitate şi acumulări cantitative. Este un salt calitativ, prin care noul înglobează vechiul. Ar fi greşit să absolutizăm o cale sau alta. În fond, cunoaşterea nu are sfârşit, iar singurul păcat este stagnarea. Nu mai este cale de întors la vechea gândire materialistă...

Până aici, am argumentat inconsistenţa vechii doctrine „neuroştiinţifice" şi cât de păgubos, în termenii cunoaşterii, este fixarea mentală în scheme depăşite de vremuri. În continuare, vom arăta cum aceleaşi fapte experimentale din neuroştiinţe pot fi lămurite în alt mod de către noua paradigmă. Este vorba de „doctrina info-energiei". Avantajul său este că are explicaţii elegante şi consistente pentru fenomenele considerate „paranormale" (inexplicabile) de către vechea gândire ştiinţifică.

Raţionamentul de bază de la care pleacă vechea doctrină este că modificându-se funcţionarea creierului (chimic, mecanic, fizic) sau structura sa (chirurgical, accidental) se constată modificări în funcţionarea minţii (prin teste psihologice, observaţii, experimente etc.). Concluzia găsită de savanţi, cea mai directă şi mai comodă, a fost că *„mintea se identifică cu creierul"*. Noua explicaţie este mai cuprinzătoare şi, desigur, mult mai rafinată.

Mintea este o structură energetică şi informaţională separată de structura fizică a creierului. Am putea înţelege această structură ca fiind o „materie" invizibilă, subtilă, extrem de fină, nedetectată de aparatele de măsură fizice, grosiere. Deci mintea ar fi o materie mai fină decât cea a creierului, în mod analogic cu starea de vapori a apei lichide (este aceeaşi substanţă, dar de o altă densitate). Mintea se foloseşte de creier pentru a se exprima în planul fizic. Oamenii s-au obişnuit să observe funcţionarea minţii doar prin intermediul activităţii creierului. Totuşi, în fenomenele paranormale, mintea se poate manifesta independent de creier, acţionând direct în planul invizibil, subtil, propriu minţii însăşi.

Rolul creierului este, printre altele, de a concretiza în planul fizic activitatea info-energetică a minţii subtile. Creierul reproduce parţial structura minţii, construind o replică fizică a unui mecanism subtil foarte complex. Conform acestui model, mintea determină creierul. Există însă numeroase observaţii - pe care se bazează vechea doctrină - conform cărora creierul influenţează mintea. Cum să explicăm atunci faptul că şi creierul acţionează asupra minţii?

Calitatea activităţii psihice (afecte, gânduri) depinde şi de creier, dar nu el este sursa acesteia. Creierul influenţează exprimarea psihică în planul fizic, dar în plan subtil, psihicul ar putea funcţiona relativ independent. Mai concret, unii oameni cu aşa-zise probleme psihiatrice ar putea, eventual, demonstra o perfectă activitate a minţii în planul invizibil. La ei ar fi defecte circuitele de legătură dintre minte şi creier, care le provoacă neadaptarea la planul fizic. Am putea defini creierul ca fiind interfaţa de adaptare a minţii la planul fizic.

Nu ne opreşte nimeni să inventăm metode de a studia mintea în mediul său propriu, info-energetic. De fapt, astfel de studii se desfăşoară de mii de ani, de către iniţiaţii în diversele căi spirituale, esoterice, de pretutindeni. Acestea sunt astăzi accesibile oricui doreşte să se instruiască. Ele folosesc ca instrument de cercetare chiar mintea umană, cu posibilităţile sale nesfârşite. Aplicându-le, ne vom convinge personal că mintea este altceva decât creierul. Şi nu este o simplă opinie sau o iluzie, ci o cunoaştere directă atât de vie, încât nu ne mai rămâne nici un dubiu. Se mai îndoieşte numai cel care nu poate trăi el însuşi asemenea experienţe parapsihologice („Toma necredinciosul").

Poate accepta ştiinţa ca instrument de cercetare însăşi mintea (prin definiţie subiectivă)? Noua obiectivitate poate fi definită ca reproducerea aceluiaşi tip de experienţe psihice individuale la nivel de colectivitate statistică, în condiţii relativ identice şi controlate ştiinţific, astfel încât să fie exclusă orice halucinaţie sau influenţare colectivă. Desigur că asemenea experienţe trebuie conduse de persoane oneste şi instruite în tehnici mentale speciale, având posibilitatea de a ţine sub supraveghere fenomene de neimaginat pentru savanţii vechii epoci.

Mintea poate fi perturbată, indiscutabil, de problemele creierului, din cauză că există interacţiuni permanente între ele două. Mintea solicită un permanent feed-back din plan fizic, iar în lipsa lui sau dacă el este eronat, activitatea minţii va suferi şi ea. Mintea este oarecum „oarbă" la senzaţiile şi realităţile fizice. De aceea, este dependentă chiar şi de semnalele chimice sau electrice care circulă prin creier, ca purtătoare de informaţii.

Când însă cele două etaje se separă, mintea se eliberează de defectele induse de creier şi poate funcţiona perfect în plan subtil (timp în care creierul se odihneşte, mintea rupând temporar contactul cu planul fizic). Nu putem judeca visele nimănui (fie el bolnav psihic) după standardele lumii fizice. Poate că visele unui „bolnav" sunt mai luminoase şi mai coerente decât ale altui om „normal"...

Savanţii au constatat că structurile creierului par a avea funcţii precise şi diferite între ele (deşi unele funcţii nu sunt strict localizate). Noua viziune ştiinţifică consideră aceste structuri neurologice mai degrabă ca pe nişte relee specializate în transmiterea ideilor, emoţiilor, care provin din mintea subtilă. Este evident că, intervenind asupra unui releu fizic, se va distorsiona expresia ideilor sau a afectelor respective. Şi invers, creierul va transmite minţii unele semnale eronate, care vor perturba generarea de idei si afecte normale.

În concluzie, aceleaşi fapte experimentale pot fi interpretate diferit din punct de vedere filosofic, conform paradigmei preferate. Să reţinem că interpretarea materialistă conform căreia „*mintea se identifică cu creierul*" este o simplă preferinţă personală, nicidecum o concluzie ştiinţifică sau un adevăr imbatabil! Cu cât aflăm mai multe, cu atât devenim mai liberi să gândim neîncorsetaţi în nici o ideologie...

În continuare, vă prezint câteva fragmente din articolul care m-a determinat să scriu studiul de mai sus. Între [paranteze drepte] am inserat comentariile mele, într-o cheie polemică, pe linia celor ante-discutate.

6 noiembrie 2008

Creier trist, creier vesel

sursa : Money Express, 29 oct 2008
de Dr. Michael Craig Miller (Redactor Şef la 'The Harvard Mental Health')

«Dintr-o sută de miliarde de celule nervoase, mai mult sau mai puţin, nici una nu are capacitatea de a simţi sau de a raţiona individual, dar împreună generează conştientul. »

[Chiar aşa? Cum anume? Explicaţi formarea conştientului, dacă vreţi să fiţi credibili! În realitate, e o afirmaţie aruncată "la plezneală", nicidecum una ştiinţifică. Tot astfel, comentatorii de ştiinţă popularizată vorbesc despre muşuroaiele de furnici ca părând a fi proiectate de mintea unei arhitect. Dar imediat adaugă, speriaţi de ceea ce tocmai au afirmat: "*Lucru imposibil. De fapt, minţile milioanelor de furnici creează un gând colectiv ordonator*." Numai că asta e şi mai greu de înţeles...]

«Timp de aproape 400 de ani, urmând ideile filozofului francez Rene Descartes, cei care s-au gândit la natura conştientului au considerat mintea în relaţie cu corpul, dar separată de el. În acest model, numit 'dualism' sau problema minte-corp, mintea era 'imaterială', neancorată în nimic fizic. Astăzi, neurologii descoperă o multitudine de dovezi ale unei idei cu care s-a jucat chiar Freud, cu mai bine de 100 de ani în urmă, anume că separarea minţii de creier nu are nici un sens. »

[De când au început neurologii să invoce autoritatea lui Freud, psihanalistul??? Poate de când au descoperit preferinţa comună pentru ateism. Sau nu este decât un procedeu de „fermecare” a cititorilor?!]

«Neurologul şi psihiatrul Eric Kandel, câştigător al Premiului Nobel, a declarat acest lucru direct, într-o lucrare publicată în 1998: ‘Toate procesele mintale, chiar şi cele mai complexe procese psihologice, provin din operaţiuni ale creierului’. »

[Iată cum se face un transfer insidios de autoritate, dinspre un domeniu restrâns al ştiinţei înspre filosofie, unde respectivul nu are nici o competenţă.]

«Cercetătorii neurologi sunt cu toţii de acord» [aşa, fără nicio excepţie, mai ceva ca în democraţia socialistă???] «că mintea se naşte din cooperarea a miliarde de celule interconectate, care, individual, nu sunt mai inteligente decât o amoebă. Dar ideea că mintea umană s-ar putea naşte dintr-o astfel de înşiruire inconştientă e şocantă pentru oricine. »

[E şocantă inclusiv pentru cei care o lansează, dar, săracii, se încurajează reciproc să susţină bazaconii reducţioniste. Şi contrazice evidenţa că întotdeauna e nevoie de un coordonator inteligent al unei mulţimi, fie ea formată din celule vii.]

«Mulţi îşi exprimă mirarea că emoţiile, durerea, sentimentele sexuale sau convingerile religioase ar putea fi un produs al funcţiilor creierului. Ei resping noţiunea că astfel de experienţe bogate pot fi reduse la simple procese mecanice sau chimice. Sau se îngrijorează că explicaţiile ştiinţifice ar putea seduce oamenii, care ar adopta un fel de lene morală ce ar scuza orice slăbiciune umană: ‘Creierul meu m-a pus să fac asta’. »

[De fapt, oamenii posedă înţelepciunea că teoriile se schimbă mereu, iar viaţa este infinit de complexă. Ei intuiesc că omul nu este închis în creierul său, ci deschis către universul nesfârşit.]

«Drumul către descoperirea bazelor biologice ale acestor experienţe umane complexe a dat naştere unei discipline relativ noi: neurologia cognitivă. Aceasta a explodat recent ca domeniu, mulţumită în mare parte deceniilor de progrese ale tehnologiei de cercetare neuronală imagistică, ce ne permite să vedem creierul la lucru. Aşa cum a spus şi doctorul Joel Yager, profesor de psihiatrie la Universitatea din Colorado: ‘Acum putem privi cum şovăie mintea!’ Cu siguranţă că nu veţi găsi o definiţie a expresiei ‘îţi fuge mintea’ în manualele de neurologie modernă. De asemenea, vă va fi greu să găsiţi cuvintele ‘fericire’ sau ‘tristeţe’, ‘furie’ sau ‘dragoste’. »

[Nu ar fi oare mai corect să vorbim despre acţiunea asupra creierului a acestor emoţii? Nu ar fi o dovadă de probitate ştiinţifică să

recunoaştem faptul că încă nu ştim ce şi cum le provoacă? Probabil că le generează însăşi mintea cea imaterială!]

«Cu toate astea, neurologii înţeleg într-o măsură din ce în ce mai mare creierul emoţional şi încep să privească îndeaproape aceste stări subiective, ce erau nu cu mult timp în urmă terenul filozofilor şi poeţilor. »

[Se sugerează că filosofia ar fi ceva prea penibil ca să fie luată în serios. Poate că de aceea orice savant se crede mai capabil decât filosofii. Ar putea fi un efect secundar nedorit al hiperspecializării lipsită de dialog interdisciplinar.]

«Este o ştiinţă complexă ce promite multe în ce priveşte îmbunătăţirea calităţii vieţii.»

[Aşa să ne ajute Dumnezeu!]

Rolul important al Spiritului

Conform definiţiei, psiho-logia este ştiinţa SUFLETULUI, nu ştiinţa creierului! Dacă sufletul nu este creierul, atunci ce este sufletul? Pentru a evita să răspundă la această întrebare dificilă, neuroştiinţele spun că sufletul este totuna cu creierul. Dar psihologii au dreptul să-şi aleagă o altă viziune.

După opinia noastră, psihicul are o origine spirituală, el nu este un produs al materiei. Dacă spiritul stă la baza psihicului, desigur că psihologia trebuie să se preocupe şi de Spirit. Psihologia fără spiritualitate este lipsită de orizont, precum o artă decadentă.

Există psihologi având ca hobby lecturi despre spiritualitate. Dar ei cu greu îndrăznesc să depăşească canoanele profesiei practicate şi dezaprobarea colegilor.

Există şi maeştri spirituali care au studiat psihologia. Văzându-i însă limitările, ei nu intră în detaliile ştiinţifice, limitându-se la psihologia practică. Rareori, deocamdată, veţi găsi o abordare simultan spiritual-esoterică şi psihologic-ştiinţifică.

Iată mai jos câteva fapte care relevă importanţa covârşitoare a Spiritului nu numai pentru personalitate, ci chiar pentru funcţionarea generală a organismului.

1. João de Deus (Ioan al Domnului) este un celebru vindecător brazilian, popularizat în toată lumea. El este un medium de încorporare, adică în trupul său intră spirite vindecătoare care realizează operaţii energetice şi chiar fizice asupra a mii de pacienţi. La un moment dat, João de Deus paralizase parţial, dar se vindeca imediat atunci când încorpora un alt spirit. Revenea la starea de paralizie imediat ce spiritul-musafir îl părăsea, iar spiritul propriu se întorcea în trup.

2. În cazuistica psihiatrică a personalităţii multiple se cunosc situaţii în care, de exemplu:

- Una din personalităţi era mereu bolnavă şi obosită, alta era, dimpotrivă, energică şi plină de vitalitate.
- O pacientă nu a dormit niciodată, timp de câţiva ani, prin trupul ei perindându-se, pe rând, 5 personalităţi distincte.

Din punct de vedere parapsihologic, pacientul cu "personalitate multiplă" este un medium involuntar, în care intră unul sau mai multe spirite.

Ce concluzii majore se pot desprinde din cele de mai sus privind rolul Spiritului pentru om?

În cazul mediumului de încorporare, este evident că spiritele care se perindă în trupul său îşi poartă propriul biocâmp fost-uman (în perispiritul lor). Este o dovadă clară a perpetuării elementelor psiho-vitale personale de la o încarnare la alta şi între ele.

În plus, în cazul pacientei care nu a dormit ani de zile, este evident că spiritele se încărcau cu energie din planul subtil, în timpul în care îşi aşteptau rândul la încorporare, dând apoi suficientă vitalitate corpului mediumului-pacient, ca acesta să nu mai aibă nevoie de odihnă.

În cazul omului obişnuit, refacerea prin somn este posibilă datorită detaşării spiritului de trup şi alimentarea sa cu energie din planurile non-fizice. De fapt, biocâmpul uman are o componentă esenţială, detaşabilă, formată chiar din perispirit.

19 august 2009

SPIRITUALITATEA ÎN 5 ILUSTRAŢII

Generaţiile actuale sunt mai bine instruite, dar şi copleşite de enorma cantitate informaţională vehiculată pe toate canalele mass-media. Oamenii sunt relativ familiarizaţi cu multe subiecte de pe mapamond, deşi în mod foarte superficial. Semidoctismul şi părerile „după ureche" sunt la ele acasă şi în zona Spiritualităţii. În general, aceasta e considerată a fi un domeniu ambiguu, nelucrativ, plictisitor, confundat cu superstiţiile sau cu fenomenele misterioase, ori demn de apelat doar în situaţii critice. De aceea, este lăsat la coada priorităţilor omului modern – grăbit, stresat, agitat mental, manipulat de tot soiul de cerinţe şi influenţe exterioare. Desigur, există şi excepţii: persoanele care simt o chemare lăuntrică spre trăirile spirituale şi care îşi găsesc singure calea personală. Acest articol se adresează mai ales *celorlalţi* semeni, cei care nu s-au aplecat în mod serios asupra spiritualităţii (fie din lipsă de timp ori surse de informare, fie considerând că este o arie mult prea vastă pentru a fi cuprinsă într-o viaţă de om, fie observând că diverse învăţături se contrazic sau se neagă reciproc).

Sigur, există nenumărate tradiţii spirituale diferite, pe care nu le poţi cunoaşte perfect decât dedicându-te lor exclusiv, cu trup şi suflet. Dar dincolo de diferenţele culturale şi multitudinea abordărilor, din fericire, ele au acelaşi filon de aur, care ne permite să vorbim despre o „spiritualitate generală" de esenţă, pe care o poate înţelege oricine, cu un minim de efort, care explică şi justifică toate căile religioase. SPIRITUALITATEA PURĂ se referă la acele noţiuni spirituale valabile în toate tradiţiile autentice. Dacă astfel de adevăruri comune nu ar exista, ar însemna că spiritualitatea nu ar fi decât un joc de idei local, o creaţie a imaginaţiei umane, care, prin urmare, nu ar putea fi ceea ce se pretinde a fi, şi anume, un adevăr suprapersonal şi transcultural. Tot mai mulţi eruditi şi experimentatori pe tărâmul conştiinţei dau astăzi mărturie că aceste realităţi spirituale comune întregii omeniri într-adevăr EXISTĂ.

Nutrim speranţa că, într-un viitor previzibil, căile spirituale îşi vor justifica rostul şi valabilitatea tocmai dovedind că astfel de teze fundamentale se regăsesc şi în corpul lor de credinţă. Astăzi, dimpotrivă, acest lucru nu se întâmplă, din cauza majorităţii liderilor religioşi care nu sunt interesaţi de spiritualitatea pură. Aceştia afirmă sus şi tare că învăţătura proclamată de ei nu are nimic în comun cu pretenţiile celorlalte culte sau tradiţii. Este o tendinţă regretabilă şi împotriva naturii spirituale. De aceea, unitatea religiilor nu se va pune în practică niciodată. Ele se hrănesc din diferenţe, nu din asemănări. Religiile nu se vor uni, ci vor fi, eventual, absorbite treptat într-un mod nou, mai pur de raportare la Cer, potrivit oamenilor mai evoluaţi ce vor trăi în acel viitor probabil.

Dacă vom aşeza specia umană pe o solidă temelie spirituală - simplă şi universală, purificată de regionalisme şi cu rigurozitate ştiinţifică - problemele grave ale civilizaţiei s-ar rezolva rapid. Aceasta s-ar petrece prin contribuţia întregii societăţi, devenite mult mai conştiente de ea şi de lume. Într-un sens practic important, spiritualizarea înseamnă expansiunea conştiinţei către înţelesuri tot mai largi şi profunde despre viaţă. Totuşi, nu trebuie confundată cu doctrina „umanistă", care ar vrea ridicarea materială şi „spirituală" a omului, dar excluzând spiritualitatea! Neştiind spre ce să-l ridice, nici nu o poate face... Iar propăşirea *materială* a tuturor pământenilor nu va fi posibilă decât, simultan, prin înălţarea lor *spirituală*.

Subiectul principal al *spiritualităţii* este, desigur, *Spiritul*. Accepţiunea sa unanimă ar fi următoarea: Spiritul este ceea ce rămâne viu din om după moarte. Dincolo de acest acord încep însă disputele de credinţă şi diferenţele practice, care par uneori ireconciliabile. De pildă, unii sunt convinşi că Spiritul pre-există naşterii copilului, dar alţii că este creat odată cu corpul fizic. După momentul morţii, Spiritul este presupus fie a-şi păstra forma umană, fie a dobândi o formă sferică. După moarte, se spune fie că Spiritul nu vrea să mai aibă de a face cu viaţa oamenilor, fie că rămâne cu aceleaşi dorinţe umane, fiind interesat să intervină în viaţa muritorilor.

De asemenea, practica spirituală de zi cu zi este înţeleasă în moduri foarte distincte, ca fiind, de pildă:

- Efortul de autoîmbunătăţire morală şi de a face fapte bune.
- Practicarea unor ritualuri pentru rezolvarea „fără efort" a problemelor personale.
- Dobândirea unor percepţii extrasenzoriale sau altor abilităţi paranormale, prin care se pot realiza vindecări neconvenţionale şi alte binefaceri.
- Comunicarea cu spiritele strămoşilor, ale rudelor decedate sau altor personalităţi.
- Cunoaşterea directă a lui Dumnezeu şi apropierea voinţei individuale de Voinţa Sa.

Acest articol se înscrie în cadrul strădaniei generale de transpunere a spiritualităţii pe baze ştiinţifice, pentru emanciparea noastră de ignoranţă şi rău. El cuprinde 5 lecţii scurte, ilustrate de mine, oferind o sinteză pentru cei grăbiţi, dar interesaţi de subiect. Consider că ABC-ul spiritualităţii este cunoaşterea rolului Spiritului în viaţa obişnuită a omului, de unde se vede că spiritualitatea nu este ceva adăugat artificial la preocupările obligatorii ale omului, ci este chiar baza pe care i se sprijină viaţa.

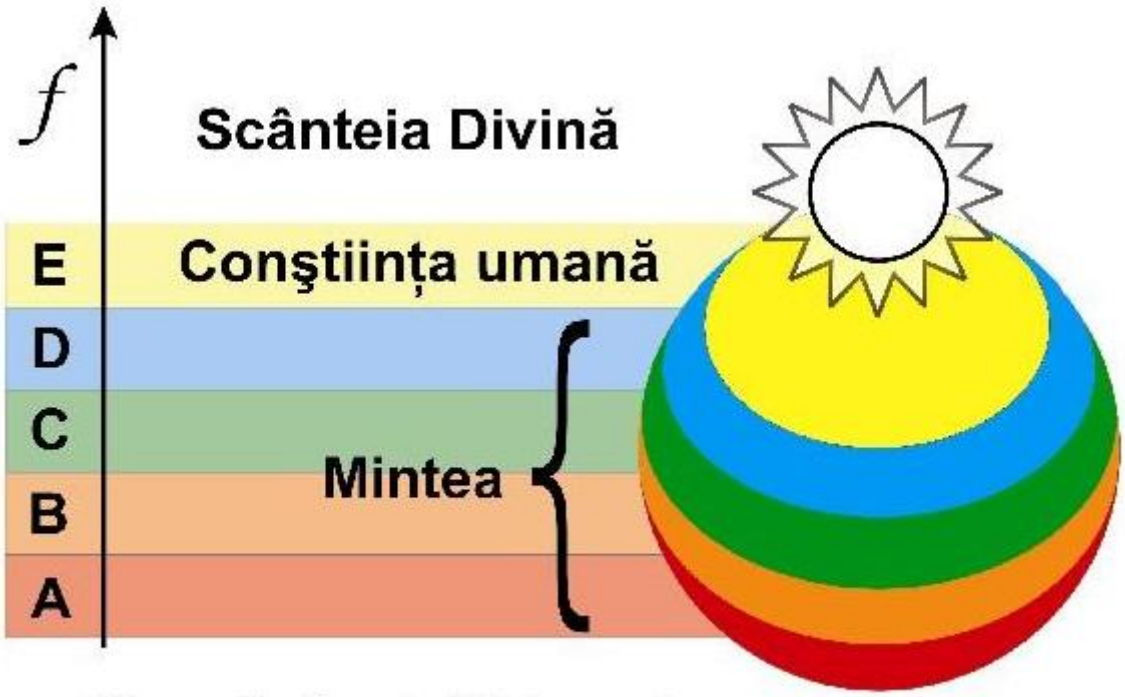
Am realizat o sinteză din învăţături (foarte diferite) de Yoga, Spiritism, Vedanta trecute prin prisma Psihologiei. Este o simplificare la maximum a realităţii, care poate fi ulterior detaliată plecând de la această schemă ştiinţifică. Un singur model, mai multe tradiţii spirituale...

29 septembrie 2010

LECŢIA 1: Omul şi Universul

După Yoga, Universul creat este structurat pe 5 nivele de vibraţie distincte, „lumi paralele” având legi de funcţionare diferite. Fiinţa umană complexă este alcătuită din particulele-energie ale acestor planuri vibratorii. De exemplu, din elementele chimice ale planului *fizic* este alcătuit corpul *fizic*. Omul are 5 corpuri sau învelişuri ce înconjoară „Scânteia divină”, sau Atman. Aceasta provine de pe nivelul suprem, divin, necreat, fiind un fragment holografic din Dumnezeul cel Absolut.

Cele 5 corpuri coexistă în acelaşi spaţiu, în interiorul şi în jurul corpului fizic, penetrându-se reciproc. Substanţa fiecăruia nu este deranjată deloc de existenţa celorlalte, având vibraţii radical diferite. Ceea ce se numeşte *aura umană* este o parte din materia eterică, astrală şi uneori mentală, ce este percepută de clarvăzători sau (mai recent) prin metode electronice.



Planşa 1. Omul şi Universul

Explicaţia planşei

Am notat cu A, B, C, D, E cele 5 planuri paralele din care este constituit Universul, a căror frecvenţă de vibraţie (*f*) creşte de jos în sus. Denumirea lor este următoarea:

A - planul **fizic** (culoarea convenţională: **roşu**)
B - planul **eteric**, sau vital, sau energetic, sau pranic (culoarea convenţională: **portocaliu**)
C - planul **astral** sau mental inferior (culoarea convenţională: **verde**)
D - planul **mental** superior, sau intelectual (culoarea convenţională: **albastru**)
E - planul **cauzal** (culoarea convenţională: **galben**)

Entitatea umană complexă este simbolizată aici de o SFERĂ ce conţine materie din toate cele 5 planuri de vibraţie universale (cele 5 culori convenţional alese). În centru, tronează „Soarele" fiinţei, sau „Scânteia divină", ce provine din planul Divinităţii transcendente.

Din punct de vedere psihologic, primele 4 straturi alcătuiesc MINTEA astfel: CREIERUL este format din partea sa fizică (A), vizibilă, şi partea eterică-vitală (B), ce îl menţine în funcţiune. În afară de creier, MINTEA mai conţine materie astrală (C) - *sediu al dorinţelor, emoţiilor, a gândurilor concrete, legate de senzaţiile provenite din mediul fizic, specifică plantelor şi animalelor* - şi materie mentală superioară, intelectuală (D) - *care formează gândurile abstracte, inteligenţa specific umană.*

EGO-ul uman este o aglomerare din materie astrală şi mentală, manifestând o tendinţă de autonomie faţă de voinţa Conştiinţei. Ego-ul nu are voinţă liberă, ci doar automatisme emoţional-ideatice.

Din ultimul nivel (E) provine CONŞTIINŢA UMANĂ. Ea este diferită de minte! Conştiinţa nu „gândeşte", ci este martor al modificărilor mentale, pe care poate să le dirijeze după voinţa sa. Nivelul cauzal (E) mai este numit şi al „beatitudinii", fericirea fiind natura fundamentală a Conştiinţei umane. Însă Conştiinţa umană obişnuită este strâns legată de activitatea Minţii şi de aceea nu are răgaz să se bucure de fericirea sa proprie, necondiţionată (vezi şi lecţia 4).

De asemenea, Conştiinţa umană este diferită şi de Atman, natura divină din om! Se spune că omul este creat *„după chipul şi în vederea unei nesfârşite asemănări cu Dumnezeu*". *Chipul* lui Dumnezeu se reflectă perfect în Atman. *Asemănarea* cu El este un proces continuu de perfecţionare a materiei celor 5 învelişuri luminate de „soarele interior".

Conform Yoga, SUFLETUL (chitta) nu include creierul, ci doar învelişurile subtile E, D, C (aham, buddhi, manas). Acest fapt este verificat practic în stările de conştiinţă modificate, când sufletul experimentează realitatea din afara corpului şi a creierului.

Particulele fizice se combină după legile chimice, fiind total inerte şi manipulabile.

Particulele eterice-vitale păstrează întregi celulele vii, oferindu-le un tipar de dezvoltare. În lipsa lor, celula s-ar dezagrega până la nivel de molecule. Au un „fler" specific, căci se autodirecţionează în regiunile organismului unde este o lipsă de energie.

Particulele astrale sunt simţitoare (oferă sensibilitatea simţurilor) şi au o inteligenţă primitivă, ca a plantelor şi animalelor, purtând instinctele speciei. Prin câmpul astral, plantele şi animalele comunică telepatic informaţii legate de viaţa lor concretă, imediată.

Particulele mentale sunt cu adevărat inteligente, sunt ideile abstracte, generale, dincolo de preocupările de subzistenţă ale biologicului. Un om foarte inteligent răspândeşte în jur astfel de particule intelectuale, care îi face pe auditori să se simtă ceva mai deştepţi cât timp

stau în preajma sa, îl privesc la televizor sau îi citesc cărţile. Inteligenţa este molipsitoare, ca şi prostia, de altfel.

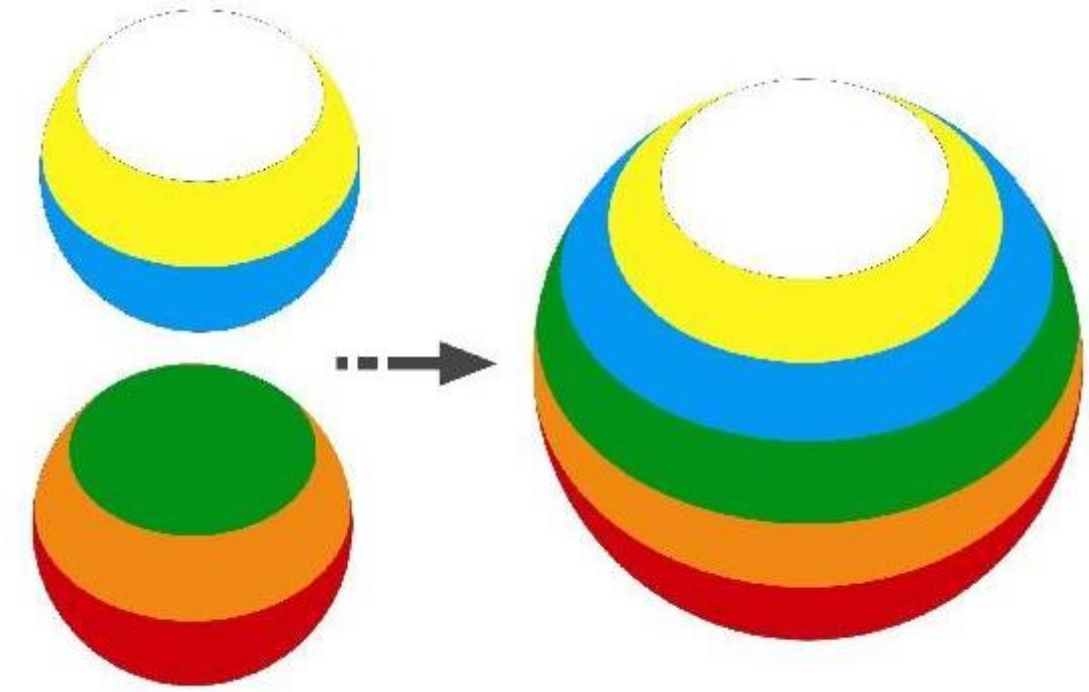
Particulele cauzale sunt singurele conştiente de sine. Cu cât se adună mai multe, cu atât conştienţa persoanei creşte. Conştienţa fiind supramentală, este greu de definit prin noţiuni mentale, dar orice om o poate intui. În preajma unui înţelept, ne simţim parcă mai „treji" decât înainte, percepţia asupra realităţii este mai vie, mai proaspătă, ca atunci când un miop îşi pune ochelarii. Intuim instantaneu legăturile dintre lucruri, dintre fiinţe, dar nu neapărat ca nişte idei expuse analitic şi bine clasificate. Este o percepţie globală, sintetică şi, mai ales, plină de dragoste faţă de tot ce există, fără judecăţi de valoare. Credinţa nativă în Divinitate (nu cea impusă prin educaţie) apare la persoanele care au o mai mare conştienţă, deci mai multe particule cauzale în aură.

LECŢIA 2: Crearea omului

În lecţia 1 am prezentat alcătuirea omului, ca fiinţă complexă. Dar oare cum de a ajuns să fie alcătuit astfel? Să analizăm, pe scurt, crearea entităţii umane.

Conform Doctrinei Spiritiste, Spiritul este o fiinţă liberă, trăind în planul astral (C), sau mental (D), sau cauzal (E) al Universului, după rangul său evolutiv (gradul de puritate). Spiritul doreşte să se întrupeze în planul fizic, în corpul unui viitor copilaş. Această viaţă de om îi va oferi noi experienţe necesare progresului său ca spirit.

Când un ovul se uneşte cu un spermatozoid, se formează un embrion uman. Este o entitate biologică ce se dezvoltă după legile naturii. Prin luna a treia, a patra de sarcină, un Spirit intră în centrul embrionului şi începe să-i coordoneze dezvoltarea, conform intenţiilor sale. Dezvoltarea copilului continuă şi după naştere, beneficiind permanent de sprijinul Spiritului încarnat atât pentru dezvoltarea biologică, cât şi pentru adaptarea la mediul fizic şi social.



Planşa 2. Crearea omului

Explicaţia planşei

Păstrând semnificaţia culorilor din planşa 1, am reprezentat unirea a două entităţi (sfere) într-una singură - omul.

Entitatea (sfera) superioară este **Spiritul** liber. El conţine Scânteia divină (culoarea alb) înconjurată de învelişurile cauzal (E - galben) şi cel mental superior (D - albastru). Sunt cele două învelişuri care, conform Yoga, însoţesc Spiritul de-a lungul peregrinării sale prin Univers, de la o încarnare la alta. În stratul cauzal (E) se păstrează amintirile vieţilor anterioare, sub o formă condensată. Tot în acest strat se află Conştiinţa spiritului asupra mediului, cu 3 caracteristici esenţiale: *identitatea* de sine unică (sentimentul de „eu"), *voinţa* şi *atenţia* (vezi şi lecţia 4). Învelişul intelectual (D) permite spiritului neîncarnat să analizeze fenomenele şi să execute modificări în mediul înconjurător.

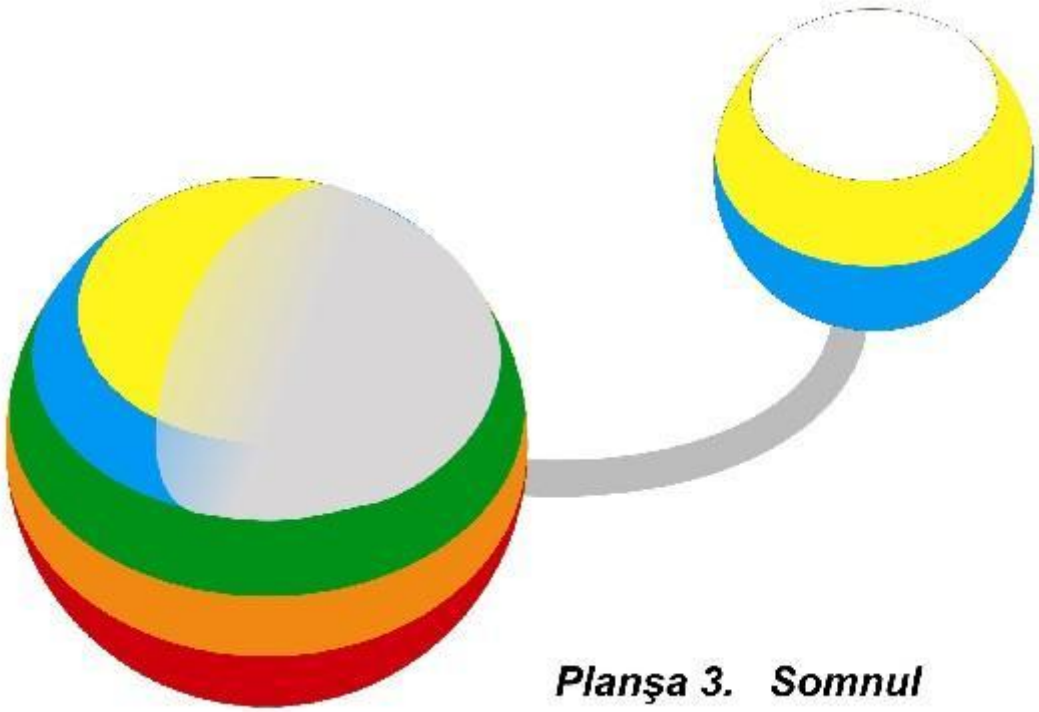
Entitatea (sfera) inferioară este **embrionul** uman. El este format din partea sa fizică (A - roşu), oul care se tot divide; partea vitală (B - portocaliu), care îi oferă energia vieţii şi matricea de creştere; materia astrală (C - verde), care transmite programul speciei, instinctele, şi programele psiho-mentale moştenite de la părinţi. Cele 3 tipuri de informaţii sunt prezente în *ADN*, care are deci - pe lângă dubla elice de proteine, observabilă la microscop - o componentă eterică şi una astrală, invizibile.

Spiritul liber şi embrionul biologic îşi pun în comun întreaga zestre de care dispun, rezultând o fiinţă umană complexă şi totală (formată din materie de la toate nivelurile).

LECŢIA 3: Somnul

Somnul obişnuit apare din nevoia de odihnă a organismului, care îşi inhibă funcţiile organice. Dar stări aparent asemănătoare cu somnul pot apare şi în alte condiţii, când nu mai este vorba despre oboseală. Dacă putem explica ce fenomene psiho-spirituale se petrec în somn, ni se vor revela multe mistere ale fiinţei umane.

Conform Doctrinei Spiritiste, odată cu instalarea somnului, Spiritul părăseşte trupul, plecând în alte „lumi paralele", pentru a se regenera energetic, emoţional, mental şi spiritual. De aceea, somnul este indispensabil, fiind deseori cel mai bun medic şi cel mai bun sfetnic. Spiritul, ieşit temporar din închisoarea trupească, îşi păstrează legătura cu corpul omului prin „cordonul de argint" - o legătură fluidică ce se poate extinde oricât de mult, formată din materie subtilă. Prin acest cordon, Spiritul poate face schimb de energie şi informaţie cu restul corpului. De exemplu, Spiritul este atenţionat şi se întoarce instantaneu în cazul unor urgenţe, când corpul are nevoie de ajutor. Atunci omul se trezeşte din somn.



Planşa 3. Somnul

Explicaţia planşei

Păstrând semnificaţia culorilor din planşa 1, am reprezentat separarea Spiritului de restul corpului (mai bine zis, de restul celor 5 corpuri). Legătura energetico-informaţională între cele două entităţi este păstrată prin „cordonul de argint".

Plecarea Spiritului lasă o „gaură" în structura fiinţei umane (colorată în gri). Rămân incomplete învelişurile cauzal (galben) şi intelectual (albastru). Partea rămasă din stratul cauzal se numeşte CONŞTIINŢĂ UMANĂ. Ea are rolul de a avertiza Spiritul când apare vreo urgenţă şi se

impune trezirea din somn, iar atunci Spiritul se întoarce într-o clipită din călătoria sa astrală.

Tot Conştiinţa este cea care trăieşte visurile. Visul este o plăsmuire a materiei astrale (verde), care, după cum se vede, îşi păstrează intactă capacitatea de acţiune. Se ştie că visurile activează creierul la fel de intens precum starea de veghe. În schimb, capacitatea de control asupra conţinuturilor onirice este mult diminuată, deoarece nivelul intelectual (albastru) este incomplet. În general, se poate spune că forţele Conştiinţei (galben) sunt mult diminuate în vis faţă de starea de veghe, când Spiritul va completa, prin simpla sa prezenţă, energia lipsă de pe nivelurile cauzal (galben) şi mental superior (albastru).

Este foarte important că separarea din timpul somnului între Conştiinţă şi Spirit se menţine toată viaţa! Dacă nu ar fi separate „anatomic", Spiritul nu s-ar putea desprinde niciodată. O dovadă ar fi aceea că noi nu percepem în Conştiinţa noastră de veghe tot ce simte şi gândeşte Spiritul nostru, ba uneori avem chiar divergenţe majore de opinie. „Mustrările de conştiinţă" sunt un exemplu evident că nu am urmat în fapte indicaţia dată de Spirit. La fel de evident este că, pe timpul somnului, cu vise sau fără, habar nu avem ce aventuri trăieşte Spiritul nostru.

Deşi separaţi, Conştiinţa este dependentă de Spirit, care îi dă energia necesară pentru a „funcţiona" optim în starea de veghe. Conştiinţa umană obişnuită poate deduce prezenţa Spiritului indirect, prin faptul că s-a trezit şi nu mai doarme, ori nu mai visează. O mai poate deduce prin intuiţiile şi inspiraţiile pe care le primeşte, acele idei sau intenţii care ne vin spontan şi se dovedesc ulterior că au fost geniale. Uneori, putem avea ocazia să trăim chiar nişte stări elevate de Conştiinţă, în care ni se dezvăluie şi alte puteri nebănuite ale Spiritului ori chiar fiinţa sa divină...

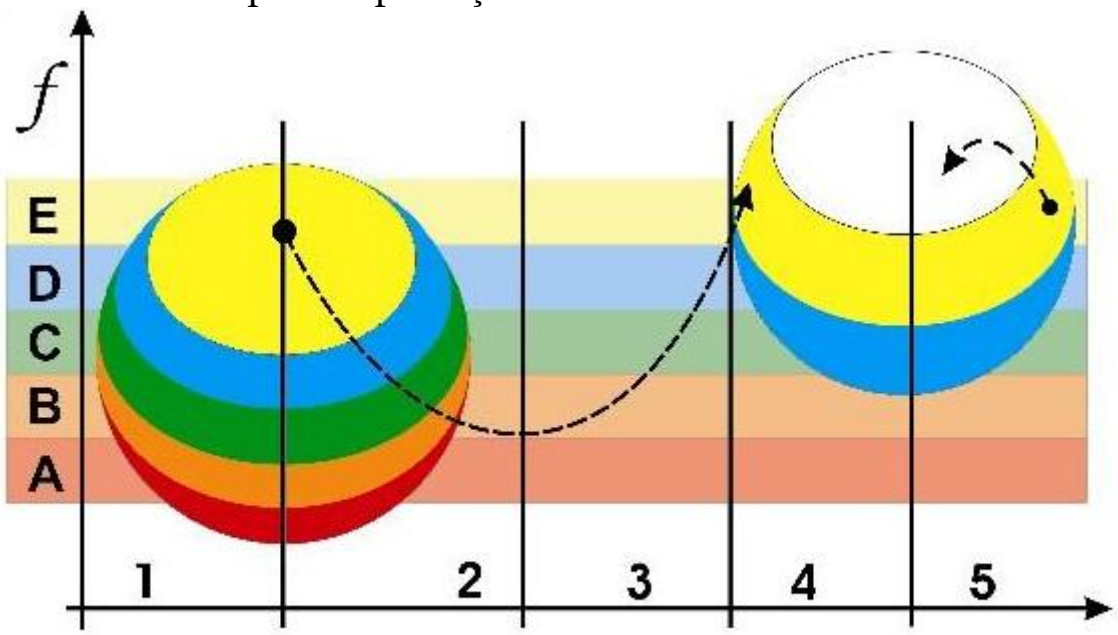
Pe aceeaşi planşă simplă de mai sus se pot explica şi alte fenomene insuficient sau deloc explicate de ştiinţa actuală, cum ar fi: *visarea lucidă, transa hipnotică, autohipnoza, extazul meditativ, dedublarea astrală, mediumnitatea fizică, coma, walk-in* etc.

LECŢIA 4: Stări ale Conştiinţei

Sufletul (care, conform Yoga, conţine Conştiinţa umană, mentalul şi astralul) este separat de Spirit (vezi lecţia 3). Această scindare nativă îl face pe om să caute să se reîntregească, să regăsească unitatea cu Spiritul său divin - şi aceasta este cea mai clară definire a spiritualităţii profunde. *Androginul* este fiinţa ideală în care Sufletul (*femininul*) se reuneşte cu Spiritul (*masculinul*).

Căutarea spirituală îi oferă Conştiinţei umane o aventură interioară, în care poate trăi diverse stări extraordinare. Acestea se numesc în psihologie stări modificate de conştiinţă şi includ visul, transa, extazul şi multe altele care se mai pot ivi. Ele pot apare şi accidental, involuntar.

Deci spiritualitatea înseamnă o expansiune a Conştiinţei umane spre trăiri mai ample şi înţelesuri mai profunde asupra vieţii. De-a lungul antrenamentului spiritual, vor apare neîndoielnic evenimente inedite, când Conştiinţa va ieşi din chingile obişnuinţei, având atunci nevoie de îndrumare pentru a nu se rătăci, ca şi de curaj pentru a merge mai departe, spre necunoscut. Pentru căutătorul avizat, ţelul final al aventurii, indiferent pe ce cale spirituală se desfăşoară, este unirea cu Dumnezeu, Absolutul, Totul... Chiar dacă nu există cuvinte potrivite să descrie acest ultim ţel, căutătorii adevărului Îl intuiesc şi Îi simt Prezenţa reală ascunsă în spatele aparenţelor lumii efemere.



Planşa 4. Stări ale Conştiinţei

Explicaţia planşei

Reamintim că, la crearea omului, din învelişul cauzal al Spiritului (E - galben), se separă un fragment numit Conştiinţă umană. El formează împreună cu învelişurile inferioare (D, C, B, A) o entitate distinctă, care se află la o oarecare distanţă *vibratorie* de Spirit. În practică, acest lucru se traduce prin faptul că omul este ignorant, indiferent şi chiar recalcitrant faţă de prezenţa tăcută a Spiritului din el. În planşă, am reprezentat acest fapt printr-o distanţă pe orizontală între cele două entităţi. Aventura Conştiinţei constă în parcurgerea acestei diferenţe de potenţial până la unirea sa cu Spiritul. Putem înţelege aceasta ca o purificare gradată a Conştiinţei, până când va intra în rezonanţă perfectă cu Spiritul.

Starea 1 - Se referă la starea normală de veghe, în care Conştiinţa este total absorbită de senzaţiile fizice şi operaţiile psiho-mentale. Omul se consideră a fi un ego distinct de restul lumii, singur şi vulnerabil.

Starea 2 - În urma unei practici meditativ-contemplative prin care realizează starea de martor detaşat, de observator al fluctuaţiilor mentale, Conştiinţa umană se separă complet de Minte, dispărându-i temporar amintirile şi experienţele senzorial-mentale. În budism se numeşte starea de vid, iar misticii creştini o numesc uneori „*noaptea*

neagră a sufletului". Ego-ul aproape că a dispărut, dar nicio altă experienţă minunată încă nu a apărut. Este o situaţie de cumpănă (motiv pentru care am plasat-o pe o curbă descendentă în figură), care va fi depăşită prin răbdare, credinţă şi perseverenţă, fiind urmată în mod natural de starea 4.

Starea 3 - Pe planşă, traiectoria pe care se deplasează Conştiinţa trece prin lumea eterică (B), astrală (C) şi mentală (D). Prin aceasta am simbolizat fenomenul de dedublare sau proiecţie a Conştiinţei în afara corpului. Este o stare întâlnită în moartea clinică sau în dedublarea conştientă, numită în creştinism „răpirea în duh". Conştiinţa, împreună cu un mic fragment din Minte, însoţeşte Spiritul în călătoriile sale, fiind părtaşă la experienţe inimaginabile în planurile paralele ale universului. Maeştrii spirituali avertizează asupra tentaţiilor acestor lumi minunate, aspirantul riscând să-şi blocheze singur evoluţia spre Absolut. Nu este obligatoriu să apară astfel de experienţe în practica meditativă, ele ţinând mai mult de configuraţia energetică a omului respectiv!

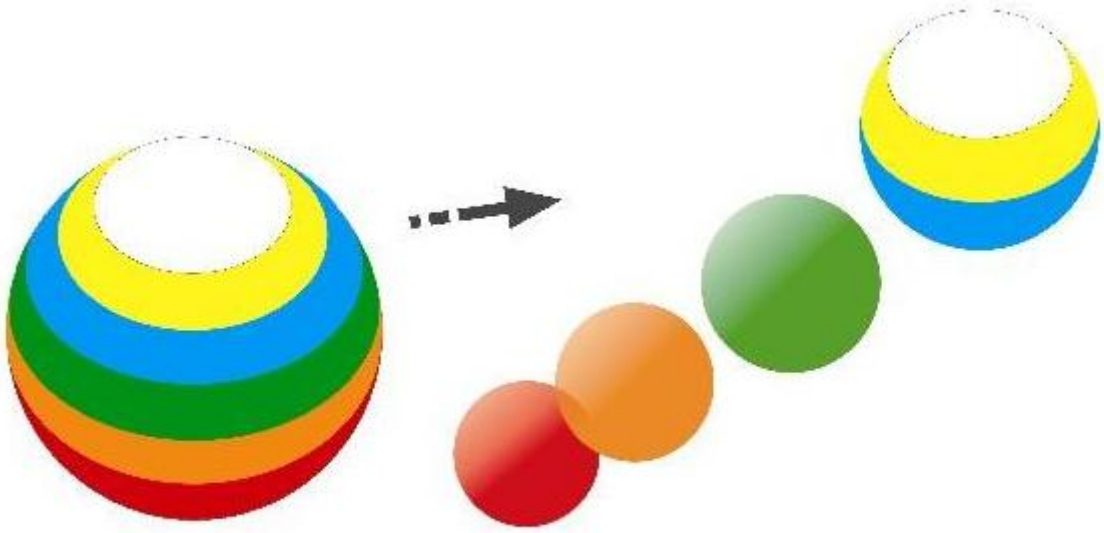
Starea 4 - În urma continuării practicii meditative din stadiul 2, Conştiinţa umană revine în învelişul cauzal al Spiritului, mult dincolo de Minte, de unde a fost desprinsă la începutul vieţii omului. Este o experienţă de preafericire - realizarea Sinelui, recunoaşterea naturii beatifice proprii Conştiinţei. Ego-ul uman a dispărut, făcând loc unei stări dilatate la infinit, în care Conştiinţa cuprinde cu iubire toate obiectele şi fiinţele. Încă se mai păstrează un vag sentiment de „EU" cosmic, care va fi treptat transcens. în Yoga este considerat a fi primul stadiu de extaz („cu suport"), care trebuie continuat cu stadiul final („fără suport"). Cel care ajunge aici este un om binecuvântat, putând da mărturie de măreţia Spiritului şi a lui Dumnezeu, pe care Îl simte de aproape.

Starea 5 - Dacă primeşte Graţia Divină, Conştiinţa poate trece dincolo de starea sa proprie cauzală (E), în gloria lui Atman (Nucleul divin al Spiritului). Aceasta este adevărata iluminare spirituală, în care dispare complet dualitatea eu-lume, fiind trăită starea indescriptibilă a Divinităţii pure, necreate (adică având alte proprietăţi decât fiinţele şi obiectele din cele 5 lumi create). Este starea preamărită de învăţăturile Advaita-Vedanta ca fiind ultimul ţel al căutării spirituale, când orice efort încetează, fiind atinsă unirea cu Dumnezeu cel Absolut, unica Fiinţă ce există în eternitate. Nici măcar cuvântul „beatitudine" nu se mai potriveşte aici. Acei rari oameni care au atins acest nivel suprem devin un focar de putere şi inspiraţie divină pentru semeni, prin simpla lor prezenţă, putând realiza orice miracole (dacă doresc). Un astfel de om a fost marele Isus Cristos, ca şi alţi Sfinţi ai tuturor tradiţiilor spirituale, de-a lungul istoriei şi chiar în contemporaneitate...

LECŢIA 5: Moartea

Orice are un început, are şi un sfârşit. Ceea ce este efemer nu este real la scara eternităţii. Este bine ca omul să cunoască, pe lângă lucrurile banale de care se loveşte la tot pasul în viaţă, şi ceea ce este important pe termen lung, acordându-i respectul cuvenit. Ce se va întâmpla la moarte cu tine dacă nu te pregăteşti din timp, ca un bun gospodar?!

Imaginează-te în ultimele clipe de viaţă, gata să treci pe tărâmul celălalt... Tot ce ai acumulat material, toate cunoştinţele intelectuale, le vei lăsa în spate, inutile. De acum înainte rămâi singur, cu Spiritul tău. Vei depinde exclusiv de El. Dacă este un Spirit superior, vei fi fericit. Îţi vei găsi un culcuş veşnic în El, dar nu spre a dormi, ci spre a vă bucura împreună de lumile spirituale. Dacă l-ai servit bine, el a evoluat, ceea ce te va încânta şi pe tine, ca Suflet. Atunci ţi se va arăta limpede că sensul vieţii tale muritoare a fost cel de a sluji cât mai bine scopurile acestui *Spirit invizibil din tine*. Răsplata îţi vine odată cu moartea, când tu devii *o bucăţică invizibilă din El*, te uneşti total cu acesta, pierzându-ţi identitatea separată.



Planşa 5. Moartea

Explicaţia planşei

Ce este moartea? Moartea este procesul în care omul se destramă în componentele sale care s-au unit la naştere (vezi lecţia 2), rămânând integral doar Spiritul etern. Moartea are mai multe etape.

Etapa 1 - Sufletul şi Spiritul părăsesc împreună trupul (exact aşa cum se petrece şi în fenomenul de dedublare astrală conştientă, de data aceasta în mod ireversibil). În urmă rămâne corpul fizic (roşu) şi cel eteric-vital (portocaliu). Începe procesul de putrefacţie al trupului. Cam după 10 zile, începe şi fărâmiţarea corpului eteric în particulele sale

eterice, care se disipă în mediul eteric ambiant. În acest interval de timp este posibilă revenirea corpului la viaţă, prin reîntoarcerea Spiritului. O astfel de situaţie se numeşte „moarte clinică”, cu alte cuvinte o moarte reversibilă.

Etapa 2 - După circa 40 de zile, începe şi destrămarea corpului astral (verde), care însoţea Spiritul. Particulele sale se împrăştie în mediul astral. Astfel dispar din orizontul Conştiinţei preocupările omeneşti (gândurile-dorinţe) avute de fostul suflet al decedatului. În creştinism, parastasul de 6 săptămâni marchează acest eveniment spiritual important - renunţarea la vechea personalitate limitată, în favoarea unei deschideri totale către noua viaţă de spirit liber.

Etapa 3 - Ce mai rămăsese din fostul Suflet (intelectul şi Conştiinţa) sunt absorbite în învelişul mental, respectiv cauzal al Spiritului (vezi planşa de la lecţia 3). Astfel, Conştiinţa umană revine în cauzalul spiritual (galben), iar experienţa intelectuală îmbogăţeşte mentalul spiritual (albastru). Fosta Conştiinţă umană îşi pierde individualitatea, ceea ce nu este o moarte, ci dimpotrivă, o trăire mult mai largă. Este ca şi cum omul ar căpăta conştiinţa integrală a Spiritului, pierzând-o pe cea de om. În jurul acestui mic nucleu al fostei conştiinţe umane se păstrează, pentru eternitate, amintirile esenţiale ale vieţii terestre abia încheiate. În învelişul cauzal al Spiritului se află, sub formă condensată, toate sufletele pe care le-a animat Spiritul de-a lungul reîncarnărilor succesive, împreună cu faptele lor (karma).

La o primă vedere, s-ar putea spune că idealul tuturor misticilor de a se uni cu Spiritul se va realiza automat şi fără efort când murim. *Pentru ce atunci atâta chin din partea căutătorilor spirituali?* Nici un efort nu rămâne nerăsplătit, dacă e făcut cu bună intenţie. Spre deosebire de procesul morţii, Conştiinţa misticului care reuşeşte să îşi realizeze Sinele va reveni în trup şi va putea acţiona cu înţelepciune, fiind un releu perfect al intenţiilor Spiritului său (vezi lecţia 4, starea 4 şi 5). Acest fapt îl va ridica în rang spiritual, lucru de care se va bucura mai ales după părăsirea lumii fizice. Dar, după moarte, omul dispare şi nu mai poate să dea mărturie semenilor despre fericirea spirituală. Viaţa de spirit liber se supune cu totul altor reguli decât viaţa omului, iar comunicarea dintre cele două lumi este, deocamdată, deficitară, ocazională, neclară, subiectivă şi mai ales, incredibilă pentru mulţi muritori.

Care este rostul vieţii dacă tot murim? Spiritul are aceeaşi alcătuire înainte de naştere ca şi după moarte: Atman înconjurat de perispirit (vezi lecţia 2). Însă perispiritul este supus transformărilor de-a lungul vieţii, el se îmbogăţeşte cu experienţă. Totodată, este posibil să se şi impurifice, din cauza faptelor rele (păcatele), şi atunci omul va trebui să depună un efort conştient de purificare moral-spirituală, pentru a-şi ridica Spiritul la un rang cât mai înalt posibil. Cu cât rangul este mai înalt, cu atât fericirea este mai mare şi neîntreruptă. Scopul reîncarnărilor este ca Spiritul să capete o cât mai mare experienţă de viaţă, în acelaşi timp purificându-şi învelişurile energetice, ca să aibă acces cât mai aproape de beatitudinea ce o răspândeşte Dumnezeu. Este adevărat că nucleul Spiritului (Atman) are o natură pur divină, dar Spiritul mai conţine şi acel perispirit subtil, cu care acţionează în Univers. Un Spirit înalt şi puternic este cel care şi-a adus perispiritul aproape de perfecţiune.

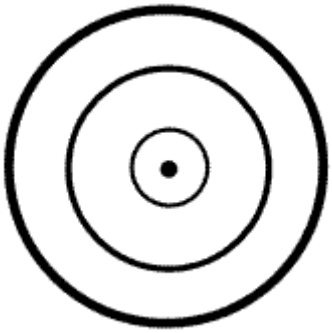
SUFLETUL şi SINELE - cea mai frumoasă poveste de iubire din lume

Metodă romantică de evoluţie spirituală

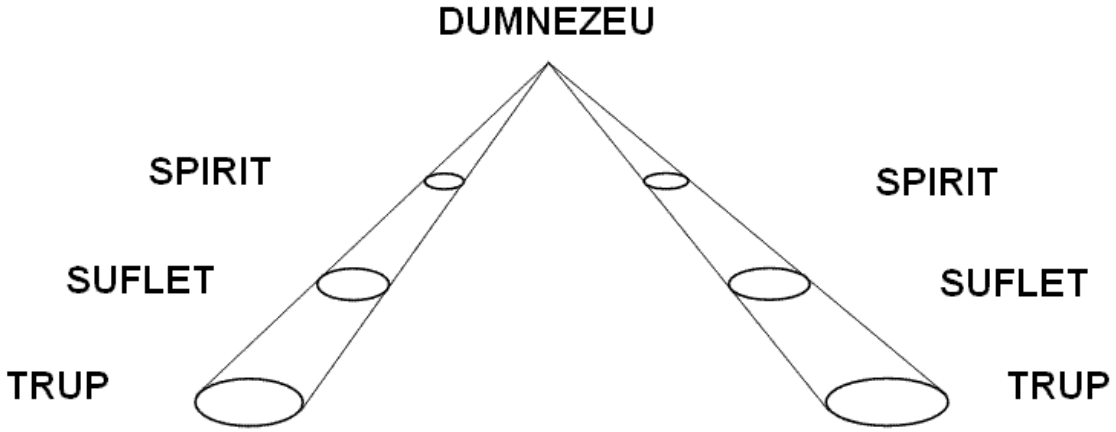
Consideraţii teoretice despre suflet şi spirit

OMUL ŞI DUMNEZEU

În inima omului stă sufletul. În inima sufletului stă Spiritul. În inima Spiritului stă Dumnezeu.



Dumnezeu este punctul fără dimensiune din care originează toate fiinţele şi lucrurile. În Dumnezeu ne întâlnim cu toţii.



Trupul, sufletul şi Spiritul se găsesc pe niveluri diferite de vibraţie, care necesită o abordare potrivită. Nu poţi cunoaşte sufletul prin metode biologice, potrivite trupului. Nu poţi cunoaşte Spiritul prin metode psihologice, potrivite sufletului. Nu-L poţi cunoaşte pe Dumnezeu din lecturi spiritiste sau voiaje astrale... Unii oameni au avut experienţe mistice în care L-au întâlnit pe Domnul „faţă în faţă". Uimirea lor nu avea margini. Totuşi, o distanţă încă îi mai separa.

Există o stare supremă, în care poţi fuziona complet cu El. Cum să ajungi acolo, cum să intri în Dumnezeire, suflete? Iubindu-ţi Spiritul...

CONFUZII LINGVISTICE

Literatura spirituală este foarte bogată, în toate limbile Pământului. Este posibil să apară confuzii lingvistice între suflet şi spirit. Iată câteva repere:

- Traducerile venite din Extremul Orient spun „*spirit*", dar înţeleg *minte, gândire*. În limba franceză, un „om de spirit" înseamnă o minte inventivă.
- În limba engleză, dar şi în româneşte, deseori, cuvântul „*suflet*" semnifică spiritul.
- Se mai foloseşte cuvântul „*suflet*" în pereche cu mintea, semnificând emoţiile în pereche cu gândurile.
- În scrierile creştine, cuvântul „*duh*" semnifică în mod normal spiritul, dar uneori poartă şi sensul de suflet. „Sfântul Duh" desemnează persoana unui Spirit sau Spirite foarte înalte. Totuşi, de cele mai multe ori, în scrierile creştine, „Sfântul Duh" este sinonim cu Graţia Divină.
- Unii filosofează, la modul general, despre „Spirit", dându-i un sens vag sau acela de Dumnezeu.
- În psihologie, „*sinele*" se referă la suflet, cu excepţia psihologiei transpersonale, unde sinele capătă semnificaţia de *spirit*. În acest articol, Spiritul şi Sinele sunt sinonime.
- În unele scrieri spirituale, cuvântul „*conştiinţă*" se referă la spirit. În scrierile mele recente, folosesc cuvântul „conştiinţă (umană)" ca parte a sufletului omenesc, din motive de claritate.

TRUP - SUFLET - SPIRIT

Cea mai simplă schemă a alcătuirii omului, bine cunoscută şi acceptată în Occident, este trinomul trup+suflet+spirit. Să împărţim, didactic, fiecare etaj în cele 2 părţi esenţiale corespondente:

TRUPUL= corp + Creier

SUFLETUL= minte + Conştiinţă (umană)

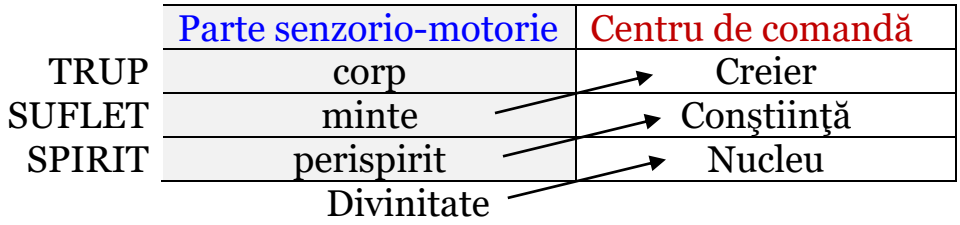
SPIRITUL= perispirit energetic + Nucleu (Conştiinţa Divină)

Regăsim aceeaşi structură bipolară la toate cele 3 niveluri, între care constatăm o analogie evidentă: *Nucleul* (scânteia divină) este pentru perispirit ceea ce este *Conştiinţa* este pentru minte şi ceea ce este *Creierul* pentru restul corpului – şi anume, centrul de comandă.

Perispiritul înseamnă energie, acţiune, sensibilitate ca şi *mintea*, ca şi *corpul* – adică partea senzorio-motorie. În schimb, *Conştiinţa* este observatorul şi dirijorul *minţii*, la fel cum *Nucleul* controlează detaşat acţiunile *perispiritului*.

O altă analogie foarte importantă: *Creierul* este o parte din *minte* (nivelul următor), după cum *Conştiinţa* este o parte din *perispirit*

(nivelul următor), iar *Nucleul* este o parte din nivelul următor - Divinitatea. *Conştiinţa umană* este un fragment detaşat din partea cea mai rafinată a *perispiritului* central (cel mai apropiat de *Nucleu*), după cum „scânteia divină” (*Nucleul*) este iscată de Marele Foc al Divinităţii.



LA ÎNCARNARE, SPIRITUL ÎŞI CREEAZĂ UN SUFLET

Spiritele trăiesc în mod natural în lumea astrală sau alte lumi subtile superioare. Dar ele sunt curioase să trăiască în lumea fizică, fapt pentru care se încarnează în orice fiinţă biologică li se oferă, potrivită cu rangul lor evolutiv: o gâză, o pasăre, un animal, un om. De fiecare dată, experienţa este captivantă, deosebită şi necesară. Spiritul este o fiinţă în mod natural expansionată, dar acceptă limitarea într-o formă fizică, temporar, pentru plăcerea şi nevoia experienţei.

Spiritul va conduce trupul prin intermediul sufletului. Sufletul este o fiinţă hibridă, el conţine atât *mintea* (aspectul limitat), cât şi *conştiinţa* (aspectul nelimitat), astfel putând intermedia experienţa între lumea fizică şi Spirit. Spiritul nu poate să îşi nege sau să îşi anuleze eternitatea, indestructibilitatea, potenţialitatea infinită. De aceea îşi creează un suflet potrivit vieţii limitate, muritoare. Trăirile sufletului sunt primite instantaneu şi de Spirit, dar nuanţat, specific sensibilităţii Lui.

Datoria omului este de a trăi, chiar dacă nu înţelege de ce s-a născut şi de ce trebuie să moară. Acestea le ştie Spiritul său. Sufletul omului trebuie să îşi asculte Stăpânul şi să se bucure de viaţă, aşa cum este ea, cu bune şi cu rele. Ce se întâmplă când trupul nu ascultă de voinţă (ca în cazul paraliziei)? Omul este un handicapat. Iar când sufletul nu ascultă de Spirit, ce este? Un răzvrătit, un nefericit, un handicapat...

Spiritul nu este un dictator, venit cu forţa de aiurea. Este blând şi înţelegător. El ţine în viaţă omul, de la naştere şi până la moarte. În somn, când Spiritul iese din corp, sufletul şi trupul sunt aproape morţi. Sinele este o sursă nebănuită de putere, creativitate, protecţie, mângâiere. Şi, mai ales, este sursa conştienţei noastre.

Sufletul îi spune trupului: „*Mergi în acea direcţie!*”, iar trupul ştie să meargă singur, automat, fără ajutor. Tot aşa, Spiritul îi dă sufletului indicaţii de esenţă, sfaturi şi decizii. Acesta din urmă le pune în aplicare, fiind mai familiarizat cu detaliile de conjunctură.

În cazul omului înţelept, deciziile în toate acţiunile sunt luate imediat, total inspirat, fără incertitudini şi amânări. Viaţa curge neturbulent. Oricâte capcane i s-ar întinde, sufletul le ocoleşte spontan,

instinctiv. Gustă libertatea, fără a se simţi copleşit de ea ca filosofii existenţialişti...

Majoritatea oamenilor suntem, din păcate, prea puţin liberi. Acţiunile şi comportamentul nostru este deseori marcat de prejudecăţi, scheme de gândire, limite personale – adică suntem prizonierii ego-ului (sufletul neliber).

Practica devoţiunii faţă de Sine

SUFLETUL E SINGUR

„*Pentru ce m-am născut? De ce voi muri? Care e rostul meu?*" – se întreabă sufletul tău, fără a găsi răspuns. Uneori, alte suflete vin şi pleacă de lângă tine, făcându-ţi viaţa mai frumoasă pentru o vreme. Mai primeşti câte-un ajutor pentru sarcinile lumeşti, dar când te retragi în gândurile tale, eşti singur. Nimeni nu intră în odaia sufletului tău. Sau poate că... o Lumină de sus te veghează. Este Sinele tău, Spiritul ce ţi l-a dat Dumnezeu când te-a creat.

Când invoci spiritele superioare, sfinţii, îngerii ca să te lumineze, să te însoţească, ei vin degrabă şi te desfată cu energia lor sublimă. Dar până la urmă, spiritele înalte trebuie să plece la treburile lor cosmice şi te lasă iarăşi singur. Atunci, deznădejdea ta poate fi copleşitoare, căci te regăseşti în vechea carapace a ego-ului limitat, temător, nefericit. Iată cum plângea cuviosul Siluan Athonitul de dorul Duhului Sfânt:

> «Din clipa în care am cunoscut pe Domnul, sufletul meu năzuieşte spre El, şi nimic nu mă mai bucură pe pământ. Dumnezeu este singura mea bucurie.
>
> Sufletul meu tânjeşte după Tine, Doamne. Mi-ai ascuns faţa Ta şi m-am tulburat. Şi iarăşi sufletul meu doreşte foarte să Te vadă, căci Tu l-ai atras.
>
> Acum, duhul meu arde până la lacrimi de dorinţa de a Te vedea pe Tine, Lumina mea.»

SPIRITUL ESTE LUMINA SUFLETULUI

Dar de ce nu chemi tu propriul tău Spirit? El este cu tine 24 de ore din 24, singura lui treabă este să fie cu tine. Este un spirit înalt şi îţi poate oferi multe binecuvântări. Dacă El s-ar opune, niciun guru, nici măcar Dumnezeu nu te-ar putea ilumina. Spiritul tău este suveran, nu poţi realiza nimic deosebit peste voia Sa şi fără ajutorul Său.

Dacă tu, suflet de om, Îl rogi, El nu-ţi va refuza orice-i stă în puteri, fiindcă te iubeşte infinit. Sunteţi ca doi fraţi siamezi ce privesc, uneori, în direcţii diferite. Sângele vostru comun vă face, de cele mai multe ori, să simţiţi şi să gândiţi identic.

Spiritul este detaşat de chestiunile omeneşti. El are o viziune mult mai amplă, priveşte evenimentele în timpul cosmic. Tu, suflete, nu eşti nici începutul, nici sfârşitul eternităţii, ci doar o etapă din milioanele de

încarnări pe care Sinele le-a avut. El îşi cunoaşte cel mai bine evoluţia şi interesele. Caută să-L accepţi aşa cum e şi să-L înţelegi!

Spiritul marelui filosof-yoghin Sri Aurobindo s-a reîncarnat în celebrul cântăreţ-dansator Michael Jackson. Din câte se cunoaşte, Michael nu a trăit niciodată starea de iluminare spirituală. Ar fi putut-o obţine rapid. Dar Spiritul nu l-a îndemnat spre această căutare. Îşi făcuse deja stagiul de mistic în corpul înţeleptului indian. Chestie de noroc.

Dacă citeşti aceste rânduri şi îţi doreşti iluminarea, probabil că ai noroc. Aceste cuvinte simple te vor ajuta.

PACEA SPIRITULUI

Ai tot căutat diverse persoane, cărţi, locuri care să-ţi dea pacea inimii. Uneori ai găsit-o, dar a trecut repede şi ai rămas însingurat, în avalanşa realităţii cotidiene. Asta s-a întâmplat fiindcă nu te-ai gândit că liniştea inimii tale este chiar Spiritul din tine. Restul sunt doar şanse ca să rămâi tăcut şi să-I simţi pacea.

Cea mai frumoasă relaţie de dragoste o poţi avea cu propriul Spirit. Este perfectă, fără certuri, comunicaţi instantaneu orice între voi, te simţi extraordinar de bine cu El. Şi El cu tine, că doar eşti copilul Lui, pe care îl modelează de ani de zile. În plus, iubirea voastră nu va muri niciodată. Aşa este dragostea pentru om a Spiritului şi iubirea de Sine a sufletului.

Cel mai greu îţi vine să crezi că El există, că nu este o ficţiune sau autosugestie. Acceptă această „ipoteză" cu toată credinţa şi se va petrece un miracol cu tine. Tu porţi un alter-ego minunat, sublim. Este ca şi cum un cerşetor s-ar privi în oglindă şi ar vedea un prinţ strălucitor. Ce şoc pe bietul om!

Spiritul este împăratul vieţii tale, guru-l înţelepciunii tale, dăruitorul iluminării spirituale. Dacă o vrei, cere-i-o Lui. Se va îndupleca şi te va face fericit. Nu îţi trebuie o pregătire specială sau un anumit moment astral. În orice clipă a vieţii, Graţia Divină se află aici, în tine. Nu poţi să o provoci, dar poţi să o ceri. Oricând, deseori. Te vei simţi dintr-o dată mult mai bine. Ai intrat în legătură cu Taina... Lasă-i libertatea de a-ţi dărui ce alege Ea. Nu-i pretinde altceva! Ai încredere în discernământul şi iubirea Ei nesfârşită pentru tine.

Spiritul este o fiinţă foarte asemănătoare cu tine, dar mult mai pură. Aşa ai arăta tu dacă ai trăi în paradisul îngerilor. Acum, ca suflet, trăieşti printre păcătoşi, iar asta ţi-a cam tăiat din aripi. Dar modelul ideal este prezent aici, tăcând în tine.

Iubeşte-ţi Sinele! Este cea mai frumoasă poruncă. El este Dumnezeul tău personal. Dacă nu te poţi apropia de acest Dumnezeu atât de real, care este şi Sfântul tău Duh, cum oare te-ai putea apropia de Dumnezeul Macrocosmic? Adoră-ţi Sinele, precum o faci cu Isus, cu Maica Domnului sau cu alte icoane cereşti. Ele sunt acolo, undeva, vin şi te sprijină, dar uneori parcă nu te aud. Le ceri ajutor, dar tot singur te descurci. Asta se întâmplă fiindcă sfinţii vor să descoperi că cel mai mare sprijin este chiar

în tine. Nu ţi-o spun direct, din delicateţe, ci te lasă să intuieşti şi să experimentezi forţa lăuntrică infinită. Vor să-ţi întărească încrederea în Sine. Spiritul nu te va lăsa singur niciodată, locul lui este în fiinţa ta, definitiv.

IUBEŞTE-TE PE TINE ÎNSUŢI!

Orice cale spirituală conduce la aceeaşi realizare: Sinele Suprem, Dumnezeul fiinţei noastre. Nici nu-L pot ocoli, nici nu duc în altă parte – dacă sunt căi autentice şi urmate corect. *„Nimeni nu poate ajunge la Dumnezeu decât prin Sine!”* Atunci, de ce să nu scurtăm drumul, mergând direct la Spiritul lăuntric?

Unii ar numi aceasta „calea devoţiunii”. Într-un fel, aşa este – intri într-un dialog devoţional cu El, te simţi învăluit în iubirea Sa caldă, Îl rogi să te înalţe la El, să devii una cu El. Dar nu este o cale ce ţi-ar părea străină de felul tău de a fi. Nici măcar nu este o „metodă”, fiindcă nu trebuie să faci absolut nimic, ci doar să te iubeşti mai mult. Citind aceste rânduri, deja te simţi foarte bine, zâmbeşti lăuntric, te simţi uşurat, înălţat, pentru că sunt cuvinte ce vin din propria ta intuiţie, exprimă un adevăr pe care nu îl vei contesta.

Abia când vei descoperi pe de-a-ntregul Dumnezeul tău personal, ţi se va revela că şi celelalte fiinţe au acelaşi Dumnezeu personal. Căci Dumnezeu este unic. Acum, cât încă mai cauţi adevărul, te simţi separat de lume. Este firesc, nu te necăji! Înţelepciunea vine printr-o trăire din ce în ce mai largă.

Intră în dialog cu Spiritul Divin din tine! Simte bucuria comuniunii cu El! Lasă deoparte teoriile, uită-le şi permite-ţi să te laşi pătruns de bucuria regăsirii cu sufletul sufletului tău!

COMUNIUNE PRIN TĂCERE

Sufletul este precum un burete îmbibat cu fluidul Spiritului. Sunteţi îngemănaţi de la început. Vă identificaţi în foarte multe aspecte. Crezi că sunt ale tale, dar sunt şi ale Lui. Similitudinea voastră este deja realizată în procent de 99%! Este atât de uşor să completezi restul... Îţi mai trebuie puţină bunăvoinţă. Noroc, deja ai. Dumnezeu se odihneşte în tine, te aşteaptă. Intră în linişte!...

Comunici cu Spiritul prin tăcere. El oricum ştie toate păsurile tale. N-ai nimic nou să-i mai spui. Ştie ce vrei încă de la apariţia intenţiei de vorbi. Deschide gura şi... taci! Deja aţi dialogat. Dacă ai o nelămurire, până apuci să o exprimi, Spiritul deja ţi-a răspuns. Întrebarea a murit înainte de a se naşte. Dacă vrei să faci ceva greşit, Spiritul îţi trimite deja semnalul de alertă şi te răzgândeşti imediat. În felul acesta, tu şi Spiritul faceţi o echipă straşnică. De fapt, ai devenit una cu El. Nu aveţi divergenţe şi pui înţelepciunea Sa în practică.

Totuşi, sufletul nu îşi va pierde dintr-o dată defectele sale omeneşti. Au şi ele dreptul la propria existenţă, până li se termină energia ce le-ai dat-o mai demult. Prin atentă autosupraveghere, tendinţa de a greşi va fi treptat-treptat eliminată. Sufletul are un aliat mai puternic decât orice inamic: este Supremul Sine! Sub influenţa Lui, miracolele devin posibile. Ele nu sunt însă spectaculoase, ci intime, sunt miracole private. Cel mai mare dintre toate este acela că Dumnezeu nu-i departe, în cosmos, ci atât de aproape şi de accesibil! Spiritul este Dumnezeul tău personal. Bucură-te de acest miracol al tău, numai al tău! Tu şi Sinele-Dumnezeu, o dragoste secretă, totală, pură, absolută... Trăieşti cea mai frumoasă poveste de iubire din lume.

PUTEREA IUBIRII DE SINE

Dar mintea intervine: „*Toţi oamenii se iubesc pe sine*". Nu chiar toţi. Iubirea nu înseamnă egoism, meschinărie, agresivitate. Lovind în alţii pentru binele tău, arăţi sclavie faţă de trup şi dispreţ faţă de Spirit. Dacă eşti rău cu alţii, sigur nu te iubeşti. Merită să nu te iubeşti?!...

Iubindu-ţi Sinele, această iubire se va întoarce fulgerător la tine, înzecit. Vei începe să te iubeşti intens şi pe tine, cu toate imperfecţiunile tale. Vei dori să te purifici, ca să semeni cu icoana Spiritului ce te veghează. Îţi vei accepta limitele omeneşti, cu iubire, încercând să ţi le depăşeşti, tot cu iubire. Aceeaşi iubire se va răsfrânge şi asupra celorlalţi semeni, suflete ca şi tine. Iubirea va trece dincolo de orice şi vei cuprinde în inima ta toată natura. Iubirea este ca o reacţie termonucleară benefică, tandră, mângâietoare – odată iscată, nu se mai opreşte, se dilată la infinit...

Nu eşti chiar la prima întâlnire cu Sinele tău. Dar altădată nu prea I-ai dat atenţie – un murmur de regret, o adiere de bucurie, cam atâta ai simţit... Abia acum Îl percepi cu adevărat. Şi te-ai îndrăgostit, eşti complet vrăjit. Tot la El ţi-e gândul şi inima - ce delectare, ce fascinaţie, ce tandreţe! Eşti alt om! Iubeşti şi te simţi iubit pe vecie. N-aveţi cum vă despărţi. Chiar dacă uneori încerci să te superi pe El, din motivele tale egoiste, nu te ţine mult. Îţi retezi singur porţia de iubire care te înmiresma şi te umplea cu nectar ceresc. Aşa că vei reveni zâmbind şi veţi râde iarăşi împreună. E mai bine să fii fericit, nu-i aşa? Şi e foarte simplu: bucură-te de prezenţa Sinelui lăuntric!

Pentru sceptici

SINELE ESTE REAL

Dacă eşti un om pragmatic şi raţional, ai putea bufni: „*Cum să mă îndrăgostesc de o fantasmă?! M-aş putea îndrăgosti de o persoană vizibilă, dar nu de o idee abstractă!*"

Dragule, de câte ori te-ai îndrăgostit de o persoană, nu-i aşa că ideile tale de început ţi s-au schimbat ulterior, căci omul era altfel în realitate decât în speranţele tale?! Nu e nimeni vinovat. Oamenii sunt imperfecţi. Iar tu te-ai îndrăgostit de un om ideal, de produsul imaginaţiei tale. Sigur, poţi continua să-l iubeşti – dar este alt fel de dragoste, una prietenească, nu fiorul adolescentin de la început, acea proiecţie a unei „ideal". E adevărat, persoana iubită este palpabilă, dar ce se va întâmpla dacă va muri? Va muri şi iubirea ta? Sau vei continua să iubeşti o „fantasmă"?

Iubirea omenească intensă este la fel de „ideală" şi „abstractă" precum iubirea de Sine. Însă aceasta din urmă nu va muri niciodată, ba chiar va creşte constant. Iubirea de Sine nu este geloasă. Ea te încurajează, suflete, să iubeşti oamenii, natura, pe Dumnezeu... Cu cât vei răspândi iubirea în jur, Sinele tău va fi mai mulţumit.

Dacă eşti într-adevăr un om pragmatic şi raţional, trebuie să recunoşti avantajele iubirii de Sine. Şi lipsa dezavantajelor. Nu pierzi nimic să încerci şi tu. Hai, iubeşte-te! Dovedeşte-ţi inteligenţa şi odihneşte-te în prezenţa Sinelui. Tăcând şi zâmbind...

Sinele este o fiinţă reală, sublimă. O spun toate tradiţiile spirituale şi înţelepţii lumii. Ai mai auzit asta, dar credeai că descrierea se referă la tine, sufletul mărginit. Şi te-ai îndoit, pe bună dreptate, căci îţi cunoşteai prea bine defectele... A fost o confuzie. Tu nu eşti acea fiinţă – Sinele! Încă nu. Dar El există în tine. Merită atenţia ta, admiraţia şi, mai ales, iubirea ta. Fă o încercare şi admite-I existenţa! E foarte simplu.

Sinele nu-i o autosugestie. Însă dacă afirmi că „nu există", atunci da, încerci o autosugestie - negativă. Mai bine acceptă c-ar putea exista! Nu va şti nimeni ce gândeşti, nu te vei face de ruşine. Te consideri un „liber cugetător". Foarte bine, atunci nu crede orbeşte că nu există, ci probează în forul interior. Acolo nu mai e nimeni în faţa căruia să-ţi etalezi scepticismul. Te rog, nu mă crede, verifică personal...!

Pentru căutătorii spirituali mai avansaţi

ILUMINARE vs. ELIBERARE

Textele înţelepciunii vorbesc de eliberarea Spiritului de roata reîncarnărilor. Dar e problema Lui... Nu este un ţel rezonabil pentru tine, suflete muritor. De unde ştii tu că Spiritul tău nu mai vrea să se reîncarneze? Tu poţi spera la un alt fel de eliberare – <u>eliberarea de încătuşarea ego-ului, ca să trăieşti spontaneitatea Spiritului</u>.

Nu privi iluminarea ca pe un trofeu de expus în vitrina supraomului. Ea nu te ridică deasupra celorlalţi, ci te umanizează şi mai mult, te face mai înţelegător, milostiv, smerit, dar îţi dă şi puterea de a depăşi orice greutăţi, în numele şi spre lauda Sinelui.

Experienţa iluminării este o ocazie specială, care trece şi nimeni nu ştie dacă se va mai întoarce. Importantă este transformarea ulterioară a

vieţii de zi cu zi. Ţi-ai micşorat ego-ul? Ţi-ai eliberat sufletul, ai devenit un receptacol deschis pentru Spirit? Contează eliberarea, nu extazul. Eşti în stare să renunţi la iluminare în favoarea eliberării?

Eliberarea vine din abandonarea totală în faţa voinţei, înţelepciunii şi iubirii Sinelui. Renunţă la ideea fixă că, dacă n-ai trăit un extaz, o experienţă ieşită din comun, nici nu ai putea deveni una cu Sinele supraconştient! Poţi manifesta Sinele şi fără extaz. Prin smerenie sinceră în faţa Sa, prin devoţiune tot mai adâncă...

Dacă nu te poţi deschide astfel, experienţa extazului te-ar putea face să te simţi în restul timpului frustrat, nostalgic, să fugi de realitatea ordinară, să ajungi în stare de sevraj mistic. Riscul dispare numai dacă îţi înţelegi menirea şi limitele sufletului şi te împaci cu tine însuţi, abandonându-te voinţei supreme.

Cel mai simplu este să vrei eliberarea, ea stă în puterea ta de a te unifica cu Spiritul. Şansa iluminării ar putea veni şi ea sau nu, însă nu depinde de tine. Schimbă-ţi priorităţile: caută eliberarea, nu iluminarea! Eliberarea este o stare de libertate lăuntrică, bucurie, lipsă de teamă, iubire pentru tot ce există – sunt efectele totalei deschideri şi transparenţe la influenţa Spiritului. Acestea sunt aduse de iubirea de Sine.

Noţiuni despre iluminarea spirituală

CUM DEFINIM ILUMINAREA SPIRITUALĂ?

> ***Poţi privi sufletul ca fiind copilul Spiritului. Când copilul cere insistent adevărul şi este pregătit să-l afle, părintele i-l spune. Aşa este cu iluminarea.***

Este imposibil să descrii principiile televiziunii unui aborigen primitiv. Tot aşa, nu prea avem noţiuni care să descrie o experienţă supramentală, transpersonală, mistică. Totuşi, putem să o definim prin termenii deja introduşi teoretic.

Nucleul divin mai este numit de diverşi învăţaţi astfel: Inima, sau Spaţiul, sau Vidul, sau Prezenţa, sau Nemanifestarea, sau Sat-Chit-Ananda. El are o natură non-dual, adică se identifică simultan cu tot ce este creat, dar şi cu Dumnezeu.

Conştiinţa umană este lipită de minte prin funcţionare, dar originează din stratul cel mai înalt al perispiritului, cel mai aproape de Nucleul divin. Deci conştiinţa umană poate baleia de la nivelul mental dual (unde există relaţia eu-lume) la nivelul non-dual, al Divinităţii (doar în cazul iluminării spirituale).

Despre Nucleul divin al Spiritului nu putem afirma nimic altceva decât că are natura lui Dumnezeu, fiind un fragment holografic din El. Primul strat central al perispiritului (conştiinţa Spiritului asupra universului creat) defineşte identitatea unică a Spiritului printre celelalte spirite - sentimentul subtil de „Eu” (sanscr., *Aham*) -, care apoi se

perpetuează şi asupra sufletului, într-o formă mai vulgară şi dureroasă, numită „ego”. Sentimentul că Eul este diferit de restul obiectelor şi fenomenelor creează dualitatea. Întorcându-ne în Nucleul divin, acest sentiment dispare, lăsând locul unei stări numite în diverse moduri: „Eu sunt”, sau „Unu fără secund”, sau „Eu sunt El”. Aceasta este iluminarea spirituală.

Iluminarea este o Graţie a Spiritului, când îşi lasă sufletul să guste puţin din starea Sa nativă beatifică. Sinele este Maestrul, iar sufletul, ucenicul. Dacă iluminarea ar destabiliza în vreun fel sufletul (ceea ce este chiar de aşteptat), Spiritul va amâna să i-o ofere. Datoria sufletului este să funcţioneze eficient, ca intermediar al intereselor superioare ale Spiritului: să fie sensibil la realitate, dar şi la intenţiile Spiritului, să acţioneze asupra mediului, dar să şi transmită corect datele realităţii către Spirit.

Viaţa trebuie trăită aşa cum este ea. Avem nevoie de oameni echilibraţi şi realişti, dar în acelaşi timp bine ancoraţi spiritual şi intuitivi. Oamenii sunt curioşi să trăiască stări paranormale, ieşite din comun, senzaţii tari psihice. Există variate stări de extaz, mai mult sau mai puţin folositoare sufletului neştiutor şi curios. Dintre toate, numai una poate fi numită starea supremă de iluminare, de beatitudine spirituală. Dar puţini au parte de ea... Doar Dumnezeu ştie care om merită acest cadou suprem.

EXPANSIUNEA ILUMINĂRII

Misticul indian Sri Aurobindo a îmbogăţit spiritualitatea omenească cu un concept revoluţionar şi adevărat: iluminarea nu este finalul căutării spirituale, după care nu mai ar fi nimic de făcut. Dimpotrivă, cu cât te înalţi mai mult către supraconştient, cu atât poţi şi trebuie să cobori în adâncurile inconştientului, ca să purifici sedimentele psihice depuse timp de milioane de ani de evoluţie inconştientă. Este o „yoga integrală” pe care doar iluminaţii şi-o pot asuma. El însuşi a obţinut iluminarea în 3 zile, dar şi-a petrecut restul lungii sale vieţii iluminând tenebrele inconştientului personal, dar şi a celui colectiv.

În Occident, psihiatrul John Welwood, pionier al psihologiei transpersonale şi practicant al meditaţiei budiste, a lansat o „psihologie integrală”, care abordează simultan cele 3 domenii distincte:

1 - Accederea la dimensiunea *suprapersonală*, prin meditaţie contemplativă.

2 - Pe măsură ce conştiinţa se dilată dincolo de graniţele *personale*, acest fapt scoate deseori la suprafaţă tipare nocive emoţionale şi mentale subconştiente vechi, care se manifestă adesea cu o forţă impetuoasă. Este esenţial să le demolezi, prin autocunoaştere şi sinceritate. Nerezolvarea problemelor psihologice provoacă distorsiuni în dezvoltarea spirituală, cum se pot vedea, din păcate, chiar şi la unii lideri de comunităţi religioase sau maeştri spirituali.

3 - Practica spirituală induce deseori o anumită detaşare de relaţiile *interpersonale* (fie izolare, fie indiferenţă, fie complexe de superioritate etc.). Pentru că relaţiile noastre cu ceilalţi constituie testul suprem al dezvoltării spirituale, trebuie să devenim conştienţi de ele, optimizându-le cu înţelepciune.

În concluzie, perfecţionarea fiinţei umane, pe toate etajele sale, nu are sfârşit. Călătoria spirituală este mai importantă decât ţinta ei.

Contraindicaţii

Persoanele care aud voci în creier le-ar putea confunda cu glasul Spiritului. În general, Spiritul propriu vorbeşte prin tăcere, intuitiv şi îţi oferă totodată o stare lăuntrică de bine, siguranţă, căldură afectivă. Astfel de persoane au nevoie de mai multă inteligenţă discriminativă şi autocontrol, ca să nu cadă pradă batjocurii unor entităţi astrale inferioare. Abia atunci telepatia lor s-ar preschimba dintr-o pacoste, cum e acum, în ocazia rară a dialogului cu Sinele Superior.

Încheiere

Metoda prezentată mai sus integrează cele mai înalte învăţături *jnana-yoga* cu cele *spiritiste* occidentale, sub cupola *bhakti-yoga*. Este o sinteză spirituală pe înţelesul tuturor şi mai ales foarte eficace. Te scuteşte de nelămuriri şi pierdere de vreme. Profită de ea! Aşează-te liniştit, închide ochii şi trimite iubire Sinelui tău. Fă asta timp de 5 minute în fiecare zi! Şi oricând doreşti - cu cât mai des, cu atât mai bine pentru tine...

9 septembrie 2010

LARVELE ŞI FANTASMELE

Citate din cartea „*Iniţiere în hermetism*” de Franz Bardon, comentate de Răzvan Petre

Cartea „Iniţiere în hermetism” de Franz Bardon este un îndrumar practic pentru a deveni un magician, ocultist, esoterist, iniţiat, supraom. Intenţia este una, dar drumul până la realizare este lung şi dificil. Totuşi, foarte interesant şi util pentru oricine este capitolul dedicat puterii minţii de a crea formaţiuni mentale, sau forme-gând.

Gândurile noastre nu sunt ceva abstract, ci obiecte reale într-un spaţiu propriu lor. Am putea spune chiar că, pentru spirite, aceste obiecte sunt singurele obiecte care semnalizează prezenţa oamenilor. De acestea trebuie spiritele să se ferească, ca de nişte proiectile aruncate din capetele noastre înfierbântate. În schimb, trupurile fizice nu sunt vizibile dacă spiritul nu îşi focalizează privirea în mod special. De aceea, avem o responsabilitate reală în privinţa a ceea ce gândim.

Gândurile noastre, mai ales cele înzestrate cu putere emoţională, făuresc o realitate paralelă pe care o ducem cu noi, în aură, şi o manifestăm în jurul nostru. Această a doua fire (i se mai spune şi „obişnuinţă”) ne influenţează mai mult decât credem şi deseori suntem sclavii obiceiurilor noastre mentale (numite fixaţii, prejudecăţi, obsesii, superstiţii, sloganuri, îndoctrinări, manii, vicii etc.). Vestea bună este că, dacă le conştientizăm, avem posibilitatea să le controlăm, să le eliminăm, să le înlocuim cu gânduri bune, folositoare.

LARVELE

« Larvele sunt create de gânduri senzoriale intense, prin matriţa astrală. Acestea nu sunt fiinţe adevărate (*dotate cu conştiinţă, în lumea astrală – n.n.*), ci învigorează emoţiile şi pasiunile din lumea planului astral inferior. Instinctul lor de auto-conservare le îndeamnă să stea în apropierea acelor oameni care au pasiuni identice, unde vor încerca, direct sau indirect, să provoace acele patimi în om. Aceste fiinţe se hrănesc cu emanaţiile pasiunilor pe care le-au declanşat. Un om copleşit de dorinţe va atrage în jurul său o grămadă de astfel de fiinţe din sfera astralului inferior.

Larvele se nasc de la sine, din cauza unor trăiri psihice intense, indiferent de felul acestora. Cu cât trăirea/excitaţia este mai intensă, cu atât se pierde mai multă substanţă mentală şi cu atât mai puternică, densă şi viabilă devine o astfel de larvă, mai ales în cazul unei repetări regulate a acelei trăiri intense. Aceste formări involuntare de larve în sfera mentală apar la orice om, indiferent dacă el ştie sau nu ştie de existenţa lor**.**

Dacă excitaţia psihică se stinge, prin neacordarea de atenţie cauzei iritante/neplăcute, o astfel de larvă trece de la sine, se dizolvă şi dispare. Ca urmare, există în sfera mentală o permanentă naştere şi moarte a larvelor produse de excitaţiile psihice, aceasta, bineînţeles, în dauna substanţei mentale a omului. Motivele pot fi diverse: frică, griji, necazuri, ură, tristeţe, invidie etc. Forma pe care o ia o larvă depinde de cauza iritaţiei şi este simbolică. Cel care se pricepe puţin la

simbolistică va înţelege că, de exemplu, un gând erotic ia forma unei inimi, unul de ură ia forma unei săgeţi sau fulger etc.

Deşi larvele, aceşti locuitori mentali nedoriţi, nu pot fi văzuţi de un om neantrenat, ele totuşi există, iar un clarvăzător avansat le percepe cu ochiul minţii. La persoanele sensibile sau uşor iritabile, substanţa mentală se desprinde mai uşor şi naşterea larvelor e mai rapidă şi mai intensă. Astfel de persoane îşi dăunează singure în planul sănătăţii, în special la nervi şi intelect, atrăgând şi alte persoane uşor influenţabile în aceeaşi suferinţă. Diversele feluri de psihoze în masă aici îşi au originea.

Este de înţeles că larva devine tot mai puternică cu cât te întorci la motivul iritaţiei psihice şi îi acorzi mai multă atenţie. Dacă o larvă este densă, capătă tendinţa de autocondensare şi se străduieşte să-şi prelungească viaţa pe cât se poate. Ea va scormoni cu orice ocazie mintea omului respectiv, spre a-i atrage atenţia asupra cauzei iritaţiei, pentru a o reînsufleţi. O astfel de larvă bine hrănită poate deveni fatală unei persoane sensibile şi emotive şi numeroase tulburări psihice sunt rezultatul lor. Mulţi oameni trăiesc cu presupunerea eronată că sunt vânaţi sau distruşi prin magia neagră, în timp ce, de fapt, sunt victimele propriei fantezii, sau mai corect spus, victime ale larvei pe care şi-au creat-o singuri. De obicei, astfel de oameni îşi dau seama de greşeală abia atunci când şi-au părăsit trupul fizic (*prin moarte – n.n.*). Doar foarte puţine persoane sunt „vânate” prin magie**.**

Ucenicul într-ale ocultismului va înţelege acum de ce se pune aşa mare preţ pe importanţa introspecţiei, controlul şi stăpânirea gândurilor. Dacă ezoteristul nu-şi poate stăpâni mintea prin voinţă, pe parcursul dezvoltării sale şi-ar putea crea inconştient larve puternice, care mai devreme sau mai târziu i-ar putea fi fatale. »

COMENTARIU:

Să luăm aminte la excesele de zel ale Inchiziţiei, ale cărei numeroase victime nu ar fi fost posibile dacă nu ar fi existat o psihoză în masă legată de vrăjitoare. O larvă foarte puternică îi bântuia pe aproape toţi oamenii din Evul Mediu, făcând parte din subconştientul colectiv. Frica de demoni şi de slujitorii lor era omniprezentă şi atotputernică, cu greu i te puteai sustrage. Chiar iconografia religioasă, întipărită în mintea credincioşilor, sugera, stimula imaginaţia şi fantasmele despre demoni ca având coarne, coadă, solzi etc. În acel climat psihosocial de teamă, nu ne mai mirăm că ficţiunile erau mai crezute decât realitatea! După cum spune şi Franz Bardon, «*este un mare avantaj faptul că acele timpuri au apus, iar oamenii nu mai sunt arşi pe rug de vii doar pentru faptul că au un crez „greşit”*».

Dar să nu ne amăgim, progresul e doar aparent! Astăzi, românii sunt bântuiţi de obsesia vrăjilor, doar că în sens „respectuos”. În Bucureşti, capitala „luminată” a ţării, jumătate din populaţie merge la vrăjitoare ca să le facă de rău inamicilor, iar cealaltă jumătate, care nu merge, se teme de vrăjile care, chipurile, li s-ar fi făcut. Superstiţia e prezentă la toate nivelurile sociale, teama nu alege. Şi aşa au ajuns românii sclavii fricii de vrăjitorie, după ce cu greu au scăpat de dictatura ateistă...

FANTASMELE

« Deosebirea dintre o larvă şi o fantasmă este aceea că o larvă adoptă, în urma unei iritaţii psihice repetate într-un mod inconştient, o formă corespunzătoare motivului acelei unice sau repetate emoţii, în timp ce fantasma capătă o formă în

funcţie de fantezia omului. Exact ca şi larva, fantasma este întărită, condensată şi viabilă prin repetarea, evocarea unei imagini, indiferent despre ce e vorba. Ea poate deveni aşa de puternică, încât influenţa ei nu se exercită doar în planul mental/astral, ci şi în planul material. Pe baza a două exemple voi descrie această temă mai îndeaproape.

Un exemplu remarcabil este aşa-numita manie de persecuţie.

Unii oameni au fost născuţi cu o privire sumbră sau trăsături dizarmonioase ale feţei, având ca atare aspectul popular al unui „vrăjitor negru", fără să aibă, de fapt, nici cea mai mică cunoştinţă despre magie. Este suficient ca o persoană influenţabilă să ajungă în contact cu un astfel de tip de om, ca ea să simtă o puternică antipatie faţă de acesta. Dacă tipul mai are şi o comportare deosebită, persoana sensibilă se va gândi imediat că are de-a face cu un „magician negru", făcând astfel primii paşi în autosugestie. Mai devreme sau mai târziu, va păţi mici necazuri, neplăceri din cauze diverse, pe care persoana sensibilă le va pune pe seama omului antipatic. Încet, încet, imaginea lui îi apare în somn, eventual şi peste zi, şi persoana se simte urmărită pas cu pas. Persoana sensibilă caută ajutor, se roagă, întreprinde tot posibilul să scape de sub influenţa rea, poate suferi un şoc nervos, ori se poate îmbolnăvi psihic, sfârşind într-o clinică de boli mintale sau sinucigându-se. În acest ultim caz, fantasma şi-a îndeplinit „misiunea". Cât de mare este însă spaima când spiritul acelui om se convinge în sfera mentală (*după moarte – n.n.*) că şi-a făcut o foarte reuşită sinucidere magică! Ce tragică şi amară revelaţie!

Bineînţeles că presupusul om „rău" nu are nici o idee despre cele petrecute, el fiind, de fapt, doar un pretext în realizarea scopului. Faţa lui, aşa zisele trăsături tipic diavoleşti, comportarea sa ciudată nu au fost decât modelul, şablonul după care persoana sensibilă şi-a creat singură o fiinţă distrugătoare, o fantasmă căreia i-a căzut victimă în final. Astfel de cazuri se întâmplă mai des decât ne imaginăm, la unele persoane mai repede, la altele mai încet. Dacă unei astfel de persoane i se spune purul adevăr, desigur că nu-l va crede, deoarece fantasma se străduieşte în modurile cele mai rafinate să nu-şi piardă victima.

Acum urmează al doilea exemplu, cu acelaşi procedeu, dar cu un alt motiv. E vorba aici de o fantasmă de tip erotic.

Aceasta ia naştere de la un portret, un corp frumos al unei persoane vii, chiar şi o fotografie, un act, un desen pornografic sau orice altceva ce poate stimula poftele carnale şi instinctul sexual, fie că e vorba de o fiinţă feminină sau masculină (*poate fi un coleg, o cunoştinţă, o vedetă celebră etc. – n.n.*). Dacă persoana îndrăgostită nu are posibilitatea să-şi satisfacă dorinţa personală, necesitatea devine tot mai mare, mai intensă şi cu atât mai puternică devine fantasma care se hrăneşte cu aceste dorinţe. La început, ea apare victimei în vis şi îi oferă cele mai frumoase trăiri de dragoste. Mai târziu, stimulează dorinţa sexuală şi o lasă să îndeplinească cu ea actul sexual în vis. Cu timpul, victima îşi pierde voinţa şi fantasma îl domină. (*Sunt cunoscute cazurile când o celebritate este asaltată, urmărită de câte un „fan" înrăit, obsedat de imaginea ei – n.n.*) Dacă o astfel de persoană nu are norocul de a întâlni o schimbare în această privinţă sau nu i se explică ce se întâmplă, atunci fantasma poate avea efecte şi mai dezastruoase. Omul devine confuz, îşi pierde pofta de mâncare, nervii sunt iritaţi etc. Fantasma erotică poate adopta, din cauza pornirilor instinctuale nesatisfăcute, diverse forme corporale, îndemnând victima la căi de stimulare artificială a organelor genitale. Multe victime au sfârşit chiar prin sinucidere din cauza dezamăgirilor în dragoste sau pasiunilor nesatisfăcute. În Evul Mediu (*ca şi în Kabala evreiască, Arabia preislamică – n.n.*) se vorbea mult de astfel de cazuri de vrăjitorie, implicând aşa-numiţii „sucubi" şi „incubi". Astfel de plăceri sunt, într-adevăr, periculoase! »

COMENTARIU:

Cunoaştem cazuri reale când, din nefericire, o persoană frustrată erotic „face un fix” în privinţa unui individ de sex opus, crezând că acesta îi face avansuri sub forme ascunse, complice. De obicei, persoana nu are curajul să aibă o discuţie sinceră cu celălalt, fiindcă se teme instinctiv de adevăr. Celălalt individ habar nu are de acele scenarii erotice fantasmagorice.

În ziua de azi, pornografia şi exhibiţionismul sexual sunt nelipsite din peisajul mass-media, ba chiar înzestrate cu „virtuţi” închipuite. Ceea ce ieri ţinea de bun-simţ şi decenţă, astăzi este hulit drept prejudecată şi înapoiere culturală. În realitate, pornografia generează larve sexuale foarte puternice şi care, mai grav, se răspândesc ca o epidemie. Imaginile explicite transformă sexualitatea în obsesie. Un om normal nu are nevoie de acest gen de stimulări artificiale, ci îşi poate trăi plăcerile sexuale normale în intimitatea cuplului, ca şi strămoşii noştri. Imaginile de sex virtual afectează psihicul, provocând o furtună absolut inutilă organismului şi dăunând preocupărilor obişnuite ale omului. Sexul este plăcerea supremă în lumea animală, dar oamenilor Dumnezeu le-a dat şi alte bucurii superioare, pe care suntem datori şi fericiţi să le cultivăm.

CONCLUZIE:

Puterea minţii de a crea formaţiuni mentale-energetice poate fi folosită şi în scop pozitiv, benefic, în mod conştient. De exemplu, autosugestia pozitivă, repetată mereu, creează forme-gând care se întăresc cu fiecare repetare şi încep să îşi manifeste forţa de influenţă asupra creatorului şi beneficiarului lor. Omul îşi poate concepe un scenariu favorabil despre viitorul său, pe care să îl hrănească zilnic cu noi detalii imaginate, astfel că această formaţiune mentală îl va ajuta să îşi pună în aplicare planul optimist. De exemplu, scriitorul Pavel Coruţ şi-a stabilit ferm în minte că el va depăşi vârsta de 100 de ani, şi afirmă că acest gând îl ajută să se menţină „verde”.

În vizualizările imaginative prescrise în unele tipuri de meditaţii, adeptul este îndemnat să îşi închipuie că se află într-un mediu plăcut (de exemplu, pe o plajă tropicală, sau într-o piramidă de cristal violetă etc.), unde se relaxează şi îşi alungă gândurile obsesive şi distructive. Cu fiecare repetare a imaginii respective, ea devine mai clară, mai vie, mai uşor de adus în memorie, iar efectul psihic este mai rapid şi mai pregnant. Nu contează că imaginea este virtuală, căci în plan mental-energetic ea devine un obiect real, de sine stătător dacă este hrănit periodic cu energie mentală.

Desigur, omul trebuie să rămână lucid şi să nu confunde realitatea cu proiecţiile sale. Făurirea unei realităţi în plan mental este un procedeu, o etapă, dar nu întotdeauna se reuşeşte materializarea dorinţelor şi în planul fizic. Unii oameni au o putere mentală mai mare, alţii mai mică, deci şi influenţa gândirii asupra realităţii concrete diferă de la om la om, dar şi în funcţie de obiectivul propus. Trebuie să urmărim a ne păstra echilibrul psihic, prin adaptarea dorinţelor la posibilităţi.

16 iunie 2011

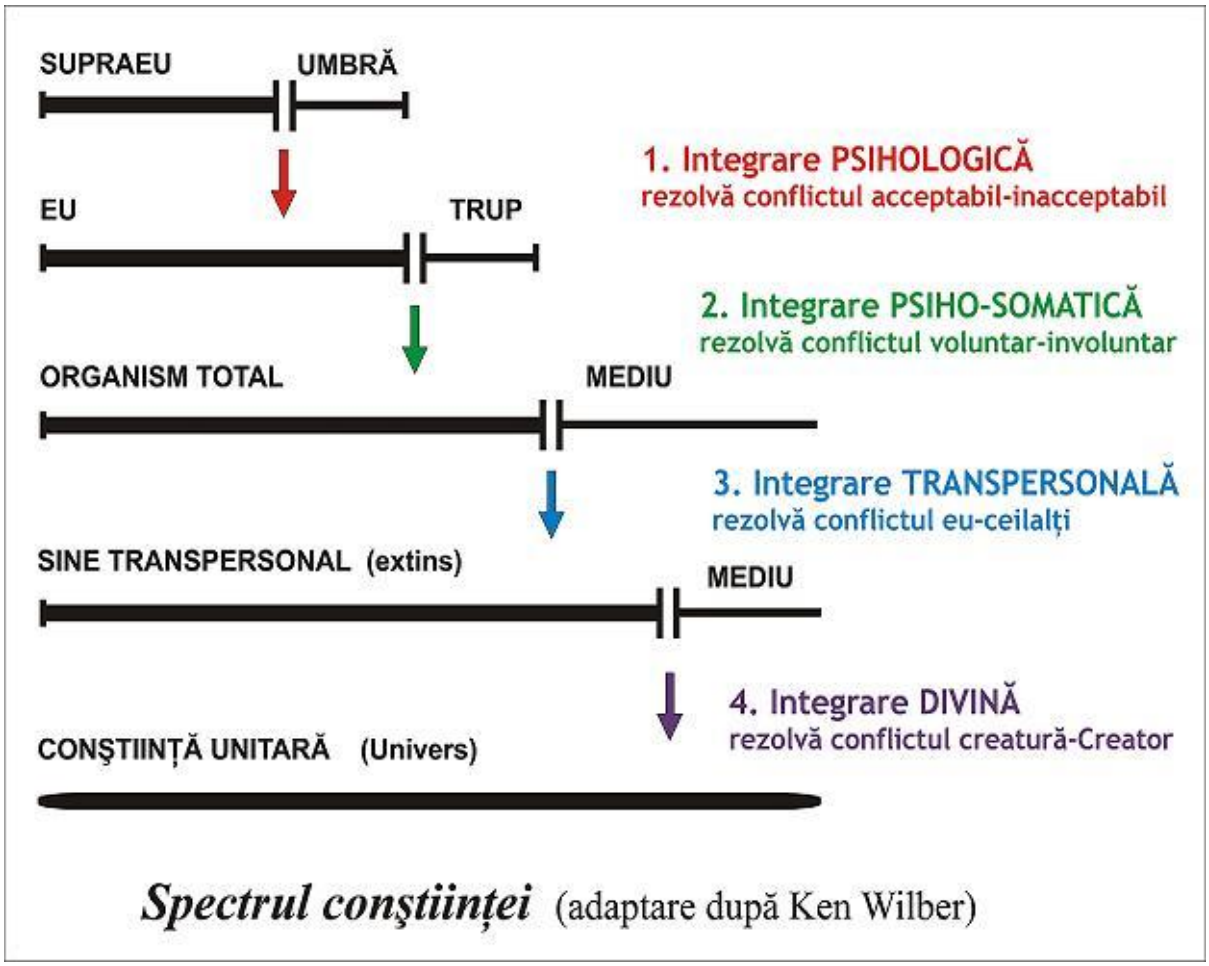
CONŞTIINŢA TRANSPERSONALĂ

SPECTRUL CONŞTIINŢEI

După filosoful Ken Wilber, conştiinţa umană poate fi abordată de pe mai multe niveluri de analiză. Fiecare nivel se diferenţiază prin modul în care trasează limita între ceea ce considerăm a fi SINELE nostru şi exteriorul, NON-SINELE. Graniţele sunt trasate în mod subiectiv. Prin urmare, conştiinţa ar fi acel fragment al realităţii cu care ne identificăm la un moment dat. Mesajul spiritual pe care ni-l transmite acest model este că Nu există limite pentru cuprinderea conştiinţei!...

Autorul menţionează 5 niveluri de identificare posibile. Nivelele primare au anumite inconveniente, dar şi soluţii de depăşire a acestora, prin accederea la următorul nivel (în ordinea progresului). Sunt implicate metode terapeutice psihologice sau spirituale destinate lărgirii câmpului conştiinţei, prin unificarea contrariilor (integrare).

Iată schema acestor niveluri ale conştiinţei şi modalităţile de extindere a ei.



Spectrul conştiinţei (adaptare după Ken Wilber)

Observaţii asupra schemei:

- Graniţa dintre SINE şi NON-SINE este evidenţiată în desen ca o falie, o ruptură.
- SINELE este reprezentat cu o linie mai groasă decât NON-SINELE.
- Supraeu + Umbră = Eu
- Eu + Trup = Organism total

Explicaţii ale modelului:

1. Separarea SUPRAEU – UMBRĂ şi modalităţi de unificare a lor

Definiţii: ***Supraeu*** = imaginea de sine ce conţine doar calităţile considerate de individul respectiv drept acceptabile. ***Umbra*** = tendinţe psihice repudiate, nerecunoscute de individ, fiindcă sunt considerate negative, malefice, indezirabile, dar care îi aparţin în totalitate.

Inconvenientul separării: Un mare consum de energie psihică cu „mecanismele de apărare" a imaginii de sine împotriva umbrei.

Unificarea, integrarea: Trebuie să ştim că părţile întunecate nu lipsesc nimănui, venind după milenii de evoluţie biologică, multiple întrupări şi evenimente ale vieţii actuale. Acceptându-ne umbra, căpătăm o imagine de sine corectă, ne ferim de suferinţe psihice inutile, devenim mai liberi lăuntric, căpătăm o viziune mai clară asupra realităţii exterioare.

Metode de integrare: analiza tranzacţională, psihanaliza, catharsisul artistic (basme, filme), terapie cognitivă, psihodramă etc.

Autocunoaşterea prin introspecţie stă în puterea fiecăruia, oferindu-ne fericire şi luciditate. Fă-o cu sinceritate, căci nu e nimeni să te certe sau să te ridiculizeze, eşti singur, scotocind prin mintea ta!

Metodele de mai sus ne ajută să dobândim ceea ce se numeşte în limbaj psihologic „un ego sănătos". În unele crize psihotice este posibilă manifestarea neîngrădită a umbrei prin anihilarea supraeului, ceea ce ţine, evident, ori de patologie, ori de satanism.

2. Separarea EU – TRUP şi modalităţi de unificare a lor

Definiţii: ***Eu*** = aspectele psihologice ale fiinţei umane. ***Trup*** = aspectele fizice (somatice).

Inconvenientul separării: Trupul e considerat sediul „păcatului" şi al suferinţei, fiind dispreţuit ca atare. Emoţiile negative pot provoca tensiuni musculare şi blocaje energetice, care, cronicizându-se, provoacă boli psiho-somatice.

Unificarea, integrarea: Ne recăpătăm bucuria de „a trăi" în corp, nu doar în cap. Trupul nu mai este considerat o sursă de probleme (boala, moartea, impulsuri inacceptabile social), ci o gigantică înţelepciune, o operă de artă a naturii şi o sursă de plăcere vitală. Bunăstarea mentală şi fizică există deja în organismul total dacă nu o perturbăm prin imixtiunea mândră şi stângace a Eu-lui.

Metode de integrare: terapia Gestalt, hatha-yoga, psihoterapia umanistă, analiză existenţială, metoda Lowen (analiza bioenergetică) etc. În terapiile de acest tip se caută suspendarea „vorbăriei mentale" şi concentrarea atenţiei pe simţuri.

Conştientizând că activităţile corporale involuntare sunt o parte integrantă din tine, te vei simţi confortabil în prezenţa proceselor spontane şi nu vei mai avea obsesia de a controla tot ce se întâmplă cu tine şi cu lumea din jur, căpătând un simţ al libertăţii mai extins.

3. Separarea ORGANISM TOTAL – MEDIU şi modalităţi de unificare a lor

Inconvenientul separării: Ciocnirea dintre personalitatea mea şi a celorlalţi semeni, conflictele de interese, ameninţările şi grijile pentru subzistenţă într-un mediu aparent ostil.

Unificarea, integrarea: Una din metodele psihologice dovedite a fi eficiente de-a lungul timpului este aceea de a mă pune în starea de martor detaşat, care urmăreşte obiectiv - fără a le judeca - grijile, preocupările mele, stările, gândurile, sentimentele. Nu mă identific cu mintea sau trupul, ci le cuprind într-un „eu" mai larg, care se întinde dincolo de persoana proprie (denumit şi Sinele trans-personal).

Metode de integrare: psihologia transpersonală, psihologia analitică a lui Jung, altruismul, raja-yoga, tehnicile lui Maslow, Assagioli, comuniunea cu îngerii şi sfinţii etc.

Mecanismul subtil psihologic este cel de dez-identificare cu persoana proprie, dizolvarea ego-ului. În acest sens, un proverb al filosofiei perene (asociind dez-identificarea cu „moartea" ego-ului) spune că «*Cine „moare" înainte de a muri nu mai „moare" după ce moare*».

4. Separarea SINE TRANSPERSONAL – MEDIU şi modalităţi de unificare a lor

Extinderea tot mai largă a Sinelui transpersonal poate duce, eventual, la o stare de conştiinţă fără limite, cât întreg Universul, în care nu mai există nicio graniţă între SINE şi NON-SINE. Acum dispare orice urmă a ego-ului, oricât de subtilă. Este urmarea Graţiei Divine, fără nicio îndoială - starea dumnezeiască, idealul suprem al tuturor misticilor, cea mai mare fericire posibilă, care anulează alte dorinţe mai mici, limitate, omeneşti...

Metode de integrare: hinduism vedantic (jnana-yoga), budism Mahayana şi Vajrayana, taoism, esoterism creştin, islamic, iudaic etc.

Notă: Unele metode acţionează simultan pe două sau chiar trei nivele de integrare.

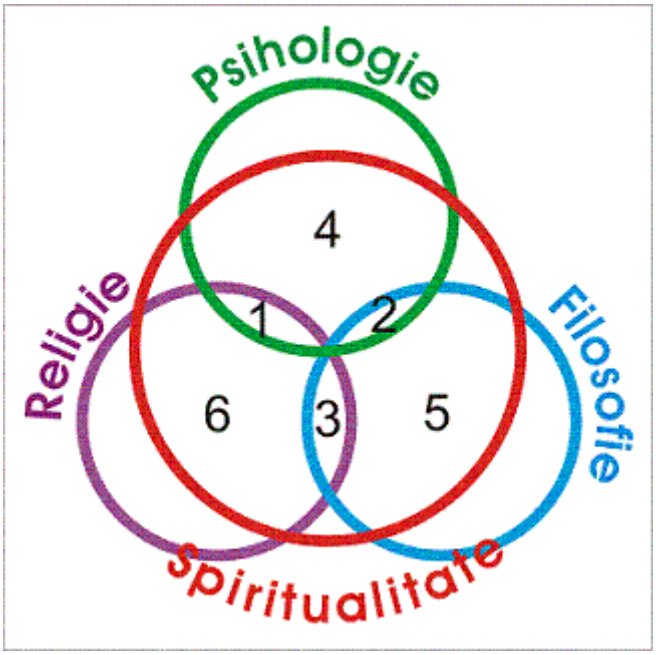
Integrarea transpersonală (3) şi cea divină (4) sunt ceva mai speciale şi nu oricine le experimentează. Pentru a le putea aprofunda teoretic şi, de ce nu, chiar experienţial, am scris **suplimentele** de lectură de la finalul acestui eseu.

Meritul modelului filosofic al lui Ken Wilber este că aduce stările de conştiinţă modificate, mistice, în planul normalităţii. Totodată, consacră psihologia transpersonală ca a patra forţă în istoria psihologiei (celelalte anterioare fiind psihanaliza, behaviorismul şi psihologia umanistă). În subsidiar, relevă faptul că există o continuitate şi, pe alocuri, chiar identitate între psihologie şi spiritualitate.

Cu alte cuvinte, cei care caută spiritualitatea nu pot ocoli psihologia şi, în special, autocunoaşterea, autocontrolul, autoeducaţia.

SUPRAPUNERI ÎNTRE SPIRITUALITATE ŞI PSIHOLOGIE

Pentru a fi mai exacţi, ar trebui să recunoaştem că nu numai între spiritualitate şi psihologie sunt multe asemănări şi suprapuneri, ci de asemenea între spiritualitate şi religie, spiritualitate şi filosofie. Am reprezentat grafic cele 4 domenii amintite, care se suprapun parţial, după cum urmează:



Domeniile numerotate definesc următoarele contopiri:

1 – Religia şi Psihologia. Exemple: abilităţile psihologice ale duhovnicului sau modalităţile rituale de impresionare a audienţei.

2 – Psihologia şi Filosofia. Demersul ştiinţific al psihologilor ajunge destul de repede la o limită peste care numai un cuget liber şi cutezător poate găsi noi elemente utile. Toate teoriile psihologice sunt de fapt modele filosofice, ele neputând fi demonstrate riguros ştiinţific.

3 – Filosofia şi Religia. Teoriile religioase, teologiile sunt de fapt filosofii inspirate de învăţaţii Cerului şi adaptate, mai mult sau mai puţin corect, la înţelegerea pământenilor.

Spiritualitatea pură conţine elemente comune cu Religia, Psihologia şi Filosofia, neidentificându-se totuşi exclusiv cu niciuna dintre ele şi păstrând unele aspecte diferite de acestea.

4 – Spiritualitatea şi Psihologia. Autocunoaşterea, autocontrolul, autoeducaţia reprezintă etape psihologice obligatorii pe drumul spiritualităţii autentice. Evoluţia spirituală presupune confruntarea cu abisul psihicului propriu şi eliminarea aspectelor negative, prezente în orice fiinţă.

5 – Spiritualitatea şi Filosofia. Individul aflat pe calea evoluţiei spirituale îşi caută o anumită filosofie de viaţă care să-i ordoneze faptele şi gândurile. Filosofia spirituală a oricărui om poate proveni din mai multe surse, creând un melanj original şi strict personal.

6 – Spiritualitatea şi Religia. Omul spiritual are nevoie de modele, de oameni dedicaţi căutării, realizării şi manifestării Spiritului, care pot fi găsiţi uşor în diverse religii. Comunicarea cu spiritele superioare nu poate lipsi din nicio practică religioasă serioasă, iar spiritualitatea este definită, în principal, drept comunicarea şi comuniunea cu spiritul propriu.

Supliment la Integrarea transpersonală

MOMENTUL PREZENT

Trecutul ne împinge din spate cu o forţă aproape solidă. Viitorul ne loveşte din faţă ca un vânt puternic. Iar prezentul pare a fi o biată clipă strivită între nicovala trecutului şi ciocanul pneumatic al viitorului. Însă, dacă privim mai atenţi realitatea temporală, lucrurile stau altfel.

Trecutul are consistenţă numai datorită memoriei (a noastră, a celorlalţi, a lucrurilor). Amintirea este un proces ACTUAL, este o re-facere a trecutului în prezent. Viitorul, de asemenea, este pre-figurat tot în prezent, trăindu-l ACUM ca şi cum ar fi real. Prin urmare, presiunea pusă de trecut şi viitor asupra clipei prezente este doar imaginată. Prezentul nu este strivit de nimic, clipa lui ACUM nu este minusculă, instabilă, nici devorată de viitorul nesătul, nici topită în imensitatea trecutului. Prezentul este absolut liber, expansionat în nemărginire. Aceasta este o înţelegere fundamentală, care ne poate aduce fericirea necondiţionată...

Desigur că, în planul materiei, forţa timpului e copleşitoare. El o transformă clipă de clipă. De fapt, putem spune că înseşi transformările materiei definesc timpul. Materia şi timpul sunt deci indisolubil legate. Dar asta nu mai e valabil în planul Conştiinţei. Ea nu se schimbă, e mereu aceeaşi, asupra sa timpul nu are putere. Prezentul conştientizat nu e presat de nimic, este stabil şi autonom. Conştiinţa este indisolubil legată de eternitate, fiindcă nu depinde de timp. Singura însuşire pe care i-o putem găsi Conştiinţei este aceea că „e prezentă” şi atât. Ne păstrăm aceeaşi identitate-martor din copilărie până la bătrâneţe. Ea nu

evoluează precum mintea, nici nu are memorie. Mintea şi memoria sunt aspecte ale materiei şi depind de timp.

Se va spune imediat: *„Dar conştiinţa dispare la moarte, deci nu poate fi veşnică!*" Acesta este un raţionament al minţii. Ea, mintea, va dispare la moarte, dar nu şi Conştiinţa. A fost dovedit ştiinţific acest lucru, prin milioane de experienţe în preajma morţii, ca şi alte argumente. Şi întărit prin autoritatea mărturiilor înţelepţilor din toate timpurile. Conştiinţa nu moare!

Pe de altă parte, este adevărat că, în timpul vieţii, Conştiinţa are întreruperi zilnice, pe durata somnului, sau ea poate fi obnubilată în crizele psihotice sau alte evenimente cu totul speciale. Dar acest lucru nu demonstrează că mintea *ar genera* Conştiinţa, ci doar că mintea are o *influenţă* imensă asupra Conştiinţei, atât de mare încât a molipsit-o până şi cu teama ei de timp. La moarte însă mintea dispare, hipnoza dispare, iar Conştiinţa se simte mai trează, mai vie, mai extinsă şi fără întreruperi.

Uneori, oamenii au prilejul să constate pe propria piele faptul că trecutul şi viitorul sunt doar concepte, nu realităţi. De exemplu, cineva poate suferi un accident în care să îşi piardă memoria... Altcineva poate primi sentinţa că mai are doar câteva zile sau ore de trăit... Un astfel de eveniment ne extirpă brutal organul temporal. Tocmai pentru a evita cu înţelepciune astfel de şocuri, ne putem crea preventiv prilejuri de reflecţie asupra naturii pur mentale, nu reale a timpului. În clipele de răgaz, e bine să ne gândim că nimic nu apasă prezentul, el nu e îngrădit de nimic, este veşnic. Prezentul e stabil, liber, nemărginit...

99,99% din timpul zilei ni-l petrecem la nivelul minţii şi timpului. Dar putem alege ca, din când în când, scurte perioade, să ne repliem în Conştiinţa imaterială, care ne dă identitatea de „eu". Renunţăm la constrângerile materiei şi ne bucurăm de imensitatea Prezentului. La început, putem să ne refugiem în această oază de linişte de câteva ori pe zi. Exersând contemplarea în fiecare zi, vom creşte acest număr până când, într-o bună zi, vom ajunge să alternăm continuu, în starea de veghe, între conştiinţa mentală şi cea imaterială.

Aşa fac marii realizaţi spirituali, iluminaţii, sfinţii. Nu îşi pierd luciditatea şi capacitatea mentală, ci, după fiecare gând, se refugiază câteva milisecunde în eternitate, apoi revin la gândire. (La fel, muşchiul cardiac se relaxează între două bătăi, şi face asta zeci de ani, fără întrerupere.) E suficient pentru a se întări, a se ferici, a-şi spori iubirea. Oricine poate face ca ei. Şi tu! Meditează la faptul că „Prezentul e stabil, liber, nemărginit"...!

Pentru minte: trecutul este cauza, viitorul este ţelul,
prezentul nu contează.
Pentru Conştiinţă: Prezentul este totul, cauză şi scop, iar
timpul nu există.

Conştiinţa ar fi cel mai bine descrisă şi accesată prin tipul de meditaţie numită în budismul tibetan *„Prezenţă deschisă*". Ea se referă la

o stare de veghe liberă de orice gânduri, în care mintea «este deschisă, amplă şi conştientă, lipsită de orice activitate mentală intenţională. Deşi nu se concentrează asupra a ceva anume, mintea este totuşi pe deplin activă - nu într-o manieră concentrată, ci doar foarte deschisă şi nepreocupată de nimic. Pot apărea în minte gânduri vagi, însă ele nu se înlănţuiesc în secvenţe mai lungi, ci dispar tot aşa cum au apărut.» (descriere din capitolul „Un călugăr lamaist în laborator" din cartea „Emoţiile distructive. Dialog ştiinţific cu Dalai Lama consemnat de Daniel Goleman")

Când vorbim de această Conştiinţă, înţelegem Sinele profund, transpersonal. Este un Sine care nu se mai identifică exclusiv cu eul individual şi, în consecinţă, nu mai este strivit de probleme şi drame pur personale. Indiferent de problemele cu care se confruntă, Sinele profund rămâne neafectat, liber, neatins. Iată cum îl descrie Ken Wilber - filosof al conştiinţei - în cartea „Fără graniţe", pag. 206-216:

«Sinele transcendent este un centru vast al conştiinţei, detaşat de minte, trup, emoţii, gânduri şi sentimente. Descoperirea acestui nucleu imuabil – al acestui martor tăcut – seamănă cu părăsirea valurilor zbuciumate de la suprafaţa oceanului frământat de furtună şi cufundarea în adâncul calm, sigur şi primitor.

Vei începe să sesizezi că ceea ce i se întâmplă sinelui tău personal – dorinţe, speranţe, dureri – nu sunt probleme serioase de viaţă şi de moarte. Dacă te mărgineşti doar la a urmări, la a fi martorul nefericirii tale, te dovedeşti astfel „lipsit de nefericire", neatins de sentimentul propriu zis. A urmări aceste stări înseamnă a le transcende; ele nu te vor mai putea surprinde pe la spate, fiindcă le priveşti drept în faţă. Atâta vreme cât eşti ataşat de probleme, griji şi preocupări, vei fi tentat să le manipulezi, să lupţi cu ele, să le supui. Înţelegând că ele nu constituie esenţa Sinelui, nu le batjocoreşti, nu te răsteşti la ele, nu le respingi, nu le negi şi nici nu te laşi pradă lor. În loc să te opui nefericirii, îţi asumi pur şi simplu inocenţa unei imparţialităţi detaşate. Precum o oglindă, reflectezi pur şi simplu orice gând sau senzaţie care apare, fără a te agăţa de ele şi fără a le respinge.

Când intri în contact cu Sinele transpersonal, nu pierzi accesul la nivelul eului şi trupului personal, însă nu vei mai fi legat, limitat de el. Din moment ce nu mai eşti îngrădit de ele, trupul şi mintea nu-ţi mai par o închisoare.

Dacă vei înregistra un cât de mic succes în dezvoltarea atenţiei detaşate (care necesită însă timp), vei putea aborda evenimentele personale cu aceeaşi imparţialitate cu care priveşti norii plutind pe cer, apa curgând într-un pârâu, ploaia ce cade pe un acoperiş etc. Astfel începi să tratezi obiectele şi elementele din jur ca şi când ar face parte din Sinele tău. Acest tip de intuiţie se află la originea compasiunii universale pe care misticii pun un accent atât de puternic. Esenţa învăţăturilor fundamentale ale lui Isus nu este atât „Iubeşte-ţi aproapele ca pe tine însuţi!", ci mai degrabă „Iubeşte-ţi aproapele ca sine al tău!". Şi nu doar aproapele, ci întreg mediul înconjurător.»

Supliment la Integrarea divină

REALITATEA NON-DUALĂ, FĂRĂ LIMITE

Accederea la Sinele transpersonal (conştiinţa spirituală) este un fel de trambulină către starea supremă de Conştiinţă Unitară, cosmică, dumnezeiască. Conştiinţa în starea supremă este aceeaşi ca în celelalte

stări, doar că are o întindere nesfârşită. De această dată, nimic nu mai pare a fi în exteriorul tău, ci întreg Universul este cuprins de conştiinţa dilatată în infinit. Este starea mistică ultimă, beatifică, starea de Dumnezeu...

Numeroşi înţelepţi, mistici, iluminaţi din toate timpurile au experimentat starea de „conştiinţă fără limite", în care se simţeau a fi una cu totul, conştiinţa lor extinzându-se cât întreg Universul infinit. Acestei stări supreme, identice la toţi, i s-a dat diverse nume: Samadhi, Satori, Nirvana, unirea cu Dumnezeu etc. Ei vorbesc despre acea Realitate ca fiind de factură „non-dual㔠. Adică, Existenţa nu este fărâmiţată în obiecte şi fiinţe distincte, ci este un singur flux gigantic şi unitar, definibil ca „Dumnezeu". Cei care încearcă să vorbească despre această „singură adevărată realitate" întâmpină un mare obstacol de înţelegere şi sunt deseori catalogaţi drept nebuni sau „mistici" (de parcă ar fi acelaşi lucru!). Pur şi simplu, non-dualitatea nu face parte din conceptele pe care le rulăm în mod normal. Mintea funcţionează întotdeauna dual, în perechi de concepte opuse: sus-jos, slab-gras, plăcere-durere, rău-bine etc. În lipsa trăirii directe, care ne-ar putea lămuri instantaneu, este aproape inutil să discutăm despre o aşa „enormitate"...

DEASUPRA BINELUI ŞI RĂULUI SE AFLĂ BINELE TRANSCENDENT

Fiindcă veni vorba mai sus despre perechea de contrarii bine-rău, nu putem trece mai departe fără a lămuri o confuzie comună. Constatăm deseori că ceea ce unii cataloghează drept bine, poate fi răul altuia. De aceea, spunem că răul şi binele sunt relative. Dar nu trebuie să le confundăm cu dihotomia Divin-Diavolesc, chiar dacă în limbajul obişnuit atribuim lui Dumnezeu calitatea de Bine, iar Satanei, cea de Rău! Dacă în prima situaţie binele şi răul erau relative, în cea de-a doua, ele sunt absolute, repere fixe şi inconfundabile.

Numele de Dumnezeu este menţionat atât în opoziţie cu Satan, cât şi când vorbim de starea non-dual㠠în care contrariile dispar. Pare o ambiguitate. Să o clarificăm!

Dumnezeu este Creatorul *Transcendent* al universului, El creează cadrul spaţio-temporal şi legile de funcţionare a lumii. În sânul *transcendenţei* nu există dualitate, fiindcă dualitatea este specifică doar creaţiei, nu şi Creatorului Suprem. Odată apărută Creaţia, apar şi creaturile distincte, deci dualitatea „eu - ceilalţi". La acest prim nivel apare şi cuplul de contrarii Dumnezeu-Liderul-Benefic versus Satan-liderul-malefic. Acest Dumnezeu-Benefic este manifestarea Dumnezeului *necreat*, *transcendent*, materializându-i dorinţele de creaţie, deci nu există diferenţă între cei doi termeni - este acelaşi Dumnezeu. Prin urmare, morala nu se reduce la normele omeneşti, ci are un substrat universal, fiind vorba despre o cosmo-etică... Satan este un rezultat automat al legilor funcţionării Creaţiei, nu reprezintă voinţa Supremului, ci un accident previzibil şi asumat.

În acest sens, nu se poate afirma - cum fac unii inconştienţi - că, „deoarece binele şi răul sunt relative, nu contează dacă faci rău sau bine, dacă eşti moral sau imoral" din punctul de vedere al Dumnezeului *Transcendent*! La fel de greşit ar fi să spunem că „binele absolut se întâlneşte cu răul absolut în *Transcendenţă*" sau că „Dumnezeu este deasupra Binelui şi Răului"!

Dimpotrivă, EL are o preferinţă explicită pentru Binele absolut, adică manifestarea Voinţei Sale pentru o creaţie armonioasă. Armonia creatoare se inspiră din *Transcendent*, iar ceea ce i se opune – dizarmonia satanică – nu oglindeşte *Transcendentul,* ci îl schimonoseşte.

ÎNŢELEGEREA NON-INTELIGIBILULUI

Haideţi acum să întindem o punte spre priceperea raţională a unei trăiri de dincolo de gândirea discursivă. Ea *trebuie* să fie reală, căci altfel nu ar fi traversat istoria omenirii purtată în triumf de marii realizaţi spirituali ai planetei, persoane remarcabile, onorate şi astăzi!

Non-dualitatea înseamnă că nu există lucruri distincte, nu există graniţe de demarcaţie, ci o unică substanţă sau câmp de forţă. O multiplicitate există totuşi şi anume Legile, Tiparele de structurare şi acţiune a acestei enorme mase de energie numite „Univers". Exemple: ecranul televizorului este unul şi acelaşi, dar pe el se perindă timp de ani de zile nenumărate imagini mişcătoare care durează fracţiuni de secundă, modulate de Tiparele electronice. De asemenea, ne putem gândi la cele 5 simţuri (văzul, auzul, gustul, mirosul, tactilul), fiecare dintre ele percepând un aspect diferit al Realităţii unice. Aşa se întâmplă şi cu teoriile ştiinţifice. Fiecare acoperă o parte din realitate, fiecare urmează şi caută un anumit Tipar. Un Tipar înseamnă deja o limitare, o fragmentare, un model de acţiune şi percepere.

În cuvintele lui Ken Wilber: «În conştientul tău imediat şi concret nu există lucruri separate, nu există graniţe. Niciodată nu vei *vedea* o entitate unică, ci întotdeauna un câmp cu componenţă variată [...] Chiar acum, când citeşti aceste rânduri [...] ochiul vede concomitent – deşi nu citeşte – toate cuvintele de pe pagină, plus ceva din mediul înconjurător, poate mâinile şi antebraţele tale, o parte a biroului sau a mesei la care stai, o parte din încăpere şi aşa mai departe. [...] Dar la nivel mental [...] îţi poţi concentra atenţia exclusiv asupra acestor cuvinte, prefăcându-te că nu observi nimic altceva din câmpul conştientului tău. [...] Faptul că te poţi concentra şi deci acorzi atenţie „unui lucru separat" o dată, riscă să lase impresia că realitatea însăşi este compusă dintr-o serie de astfel de „lucruri separate", când de fapt separarea este doar un produs al graniţelor pe care le-ai suprapus peste câmpul conştientului.» („Fără graniţe", pag.76-77)

Realitatea este unică şi aceeaşi, dar noi o segmentăm, alegând doar o viziune parţială. Nu e vina noastră, ci pur şi simplu aşa funcţionează structurile minţii - prin focalizări succesive asupra aparenţelor. Dar mintea umană actuală nu reprezintă culmea creaţiei, ci ea evoluează, negreşit... „Vidul" din doctrina budistă (*shunyata*, în limba sanscrită) nu este altceva decât această Realitate nediferenţiată, un continuum fără graniţe - este o lipsă, un „vid" de aparenţe limitatoare, nu un neant. Vidul

mai poartă şi alte nume în mistica omenirii, precum Dharmakaya, Tao, Brahman, Dumnezeu etc. Acestea nu sunt concepte imaginate, ci trăite în aşa-numita stare de „iluminare spirituală completă".

DIFICULTĂŢI PRACTICE

Prin practica spirituală ne-am apropiat de Sinele transcendent (conştiinţa de natură pur spirituală) şi am ajuns în anticamera perfecţiunii. Aici însă nu mai vedem nicio uşă spre următoarea etapă. Nu există o cale către conştiinţa unitară, fiindcă nici măcar Spiritul nostru nu o deţine. Totul depinde acum de Graţia Divină. Aceasta este etapa numită în misticismul creştin „noaptea întunecată a sufletului", când nu mai întrevedem nicio soluţie de avansare.

Toată practica spirituală de până acum a pregătit condiţiile de a primi Graţia. Dar Ea nu vine obligatoriu. Altfel ar însemna că am avea o metodă de a o capta cu siguranţă, deci nu ar mai fi Graţie. Orice efort ai face nu te va ajuta. Nici pasivitatea, nici acţiunea, nici abandonul, nici revendicarea... Tot ce poţi face este să cauţi să descoperi cum te opui conştiinţei unitare, nu cum să o dobândeşti!

«În zazen, practica spirituală este menită nu să ne transforme în Buddha, ci să ne permită să ne comportăm precum acel Buddha care suntem deja.» (idem, pag.233) Acesta este nivelul transpersonal, în care ne apropiem cât putem de mult de Spiritul propriu şi îi manifestăm intenţiile. Odată ce realizăm contactul intuitiv, practica devine mai lejeră, destinsă. Este însă imposibil ca omul să obţină iluminarea supremă prin forţe proprii, pentru că, prin definiţie, omul e definit printr-un ego. Or, iluminarea completă înseamnă tocmai desfiinţarea oricărei forme de ego, de individualitate separată de restul. Nu există metode decât pentru a ne rafina egoul, a-l dilua. De fapt, ego-ul nu este un rău. Are un rost divin şi el, nu trebuie blamat. Nu-i bai dacă nu-l depăşim acum. De fapt, chiar exprimarea aceasta e inadecvată. Nu eu îmi depăşesc ego-ul. Ar fi ca şi cum m-aş trage singur de păr în sus.

ÎMPĂCAREA CU BANALITATEA

Foamea de Dumnezeu nu are linişte şi nu trece niciodată, este neliniştea metafizică a reîntregirii. Ţelul ultim al metodelor de iluminare orientale, ca şi al celor esoterice occidentale, este să ridice discipolul la viziunea Întregului nefragmentat. Aceasta pentru că oriunde există o linie, o graniţă, zace un potenţial conflict. Conştiinţa fără limite, dobândită în starea de extaz, dizolvă orice conflict, nemaitrebuind să îl tranşeze într-un sens sau altul. Cum spune Ken Wilber «De fiecare dată când descoperim că un obiect exterior este, de fapt, un aspect al Sinelui, duşmanii devin prieteni, războaiele se transformă în dans, iar luptele în joacă.» (idem, pag.140)

Totuşi, la întoarcerea din starea meditativă, lucrurile stau la fel ca înainte. Problemele nu s-au rezolvat de la sine, limitele şi ciocnirile de

interese continuă, lumea e aceeaşi. Vizionarul este dator să îşi continue viaţa păstrând nostalgia Completitudinii, a lui Acasă. Se poate simţi chiar foarte frustrat.

Cuviosul Siluan de la Muntele Athos fusese răpit în duh până în Cerurile Înalte, dar apoi readus în chilia sa sărăcăcioasă. Multe lacrimi a vărsat Siluan că i s-a luat acest dar dumnezeiesc, implorând în nenumărate rugăciuni revenirea extazului. Dar a primit următorul răspuns neaşteptat de la Spiritul Domnului: „Ţine-ţi mintea în iad şi nu deznădăjdui!". Cu alte cuvinte, trăieşte ca toţi oamenii, nu cere privilegii de înger şi fii convins că vei ajunge unde îţi doreşti, până la urmă!

Aceeaşi idee de împăcare cu condiţia umană limitată o regăsim şi în înţelepciunea budistă. Un koan Zen sună cam aşa: „Să vezi muntele, să nu vezi muntele, să vezi muntele!". La prima vedere, ar părea fie o zicere absurdă, fie o criptografie. Nu e nici una, nici alta, ci descrie laconic etapele pe drumul iluminării. Întâi ai o viziune obişnuită asupra vieţii, apoi experienţa iluminării îţi dezvăluie Realitatea nefragmentată, unică, divină, dar în final trebuie să revii la locul tău dinainte. Desigur, acum vederea ta este mult mai clară, mai luminoasă, mai largă, mai iubitoare.

Să ne amintim şi momentul când Sri Yukteswar i-a oferit elevului său Yogananda experienţa supremă a extazului divin! La revenirea în starea normală de conştiinţă, Maestrul l-a luat pe tânărul ce tocmai gustase pentru prima dată din nectarul dumnezeiesc să mătură împreună balconul, trezindu-l brusc la realitatea concretă...

Toţi maeştrii autentici subliniază că discipolul nu trebuie să o ia razna cu mintea după ce a avut o viziune supranaturală, ci să revină cu picioarele pe pământ, să nu se creadă Dumnezeu, să nu provoace ostentativ admiraţia „muritorilor". Iluminarea nu îţi rezolvă problemele. Te ajută să-ţi elimini conflictele, pe cât posibil, având o minte mai alertă, mai atentă, mai intuitivă şi inspirată, o simţire mai compătimitoare şi dorinţa pentru Bine...

* * *

Avertizare: Spiritualitatea de clan!

Există o problemă spinoasă în cultele, sectele religioase sau căile ce adună adepţi ai misticismului. Este vorba despre cultul personalităţii liderului spiritual, atât de răspândit în Orient, dar astăzi şi în cultele din Occident. O vorbă înţeleaptă spune aşa: „*Până să ajungi la Dumnezeu, te mănâncă sfinţii*" (adică maeştri spirituali). Este adevărat că un astfel de învăţător ar fi - cel puţin teoretic - depozitarul unei tradiţii, a unor cunoştinţe secrete şi al unei învestituri oculte. În realitate, maeştrii autentici sunt foarte rari printre mulţimea de falşi profeţi. Este un paradox al zilelor noastre: cunoaşterea esoterică este la îndemâna oricui, şi totuşi mântuirea, iluminarea, eliberarea întârzie să apară în cadru organizat. În schimb, persoane izolate, chiar fără preocupări de

spiritualitate, se trezesc dintr-o dată în mijlocul unor viziuni divine (experienţe în preajma morţii, vise spirituale, dedublări astrale spontane, clarviziuni etc.).

Explicaţii putem găsi multe de ce maeştrii nu se ridică la înălţimea aşteptărilor. Una dintre ele este sminteala care îi cuprinde pe cei care se trezesc cu anumite puteri paranormale. Alta ar fi însăşi adulaţia de care se bucură din partea devoţilor, încât liderul ajunge să se creadă cu adevărat un supraom, un ales fără egal. Cea mai comună este aceea că au – şi au avut întotdeauna – un caracter josnic, fiind incapabili să-l schimbe, în ciuda altor calităţi reale pe care le pot avea. Se ştie că, odată cu dobândirea unor calităţi paranormale, defectele personale se amplifică dacă nu au fost eliminate din timp!!!

Deseori, discipolii nu mai renunţă la apucăturile care le-au fost inoculate metodic şi adânc. Devin ca nişte fiare când cineva le critică conducătorul sau credinţa, mai ales cu argumente forte. Toată poleiala de cucernicie, înţelepciune, detaşare, iubire cosmică se transformă dintr-o dată în agresivitate, viclenie, josnicie şi ură. Desigur, îşi justifică acţiunile prin „apărarea credinţei şi a maestrului perfect", inventând imediat pseudo-motive, cum ar fi lupta contra masonilor, a ignoranţei proştilor, a rătăcirilor teologice şi alte asemenea sloganuri ingurgitate la şedinţele de îndoctrinare. Şi apoi se miră naiv că „*ce are lumea cu ei?*" că doar „*ei sunt buni şi lucrează pentru binele omenirii, ghidaţi de îngeri*"... Vălul care le acoperă ochii spirituali le ascunde faptul că mântuirea, iluminarea se îndepărtează de ei tocmai din cauza faptelor şi gândurilor mizerabile, în contradicţie cu teoriile afişate. La ce le foloseşte pseudo-extazul trăit ocazional dacă nu sunt capabili să se autoobserve şi să se autocontroleze, rămânând mici animăluţe fără discernământ şi fără empatie, chiar mai rele decât înainte?!

Unul din zece mii de căutători spirituali reuşeşte să ajungă la ţelul ideal al vreunei căi sau metode. Cu ce se vor mulţumi ceilalţi credincioşi pentru toate frustrările îndurate în sectă? Pentru a nu se simţi folosiţi şi păcăliţi, ei trebuie să creadă orbeşte în ceva. De aceea, maestrul le serveşte din când în când câte o porţie de profeţii apocaliptice, ca să-i pună cu botul pe labe, sau inventează un duşman imaginar, ca să strângă rândurile în jurul său, sau batjocoreşte o grupare rivală, ca să-şi păstreze aderenţii, sau încurajează mărturiile publice ale unora dintre devoţi, unde ei povestesc ce minunăţii (mai mult sau mai puţin imaginate) au trăit prin practica spirituală (desigur, meritele sunt întotdeauna transferate înspre guru!).

Şi uite aşa, „spiritualitatea de clan" - dintr-o tentativă de a ieşi din mediocritate - poate deveni o capcană luciferică, o pervertire a bunului simţ, o limitare a libertăţii cugetului şi o armă împotriva omeniei...

8 ianuarie 2012

IDENTITATEA DE SINE – NUCLEU AL PERSONALITĂŢII

Eseu de filosofie psihologică pe baze materialist-dialectice

Fiecare personalitate este unică. Unicitatea ne dă identitatea. Altfel spus, Identitatea de sine ar fi un EFECT al combinaţiei singulare de diverse tipare psihologice.

Pare evident, dar este oare adevărat? Nu cumva este invers? Nu cumva Identitatea de sine este o CAUZĂ – principală – a unicităţii noastre?

În cele ce urmează vă propunem un nou concept esenţial în psihologie: IDENTITATEA DE SINE. Ea este, în opinia noastră, pilonul central al personalităţii, în jurul căruia se structurează celelalte 5 componente (temperament, caracter, aptitudini, inteligenţă, creativitate).

Definim conceptul de „Identitate de sine" ca fiind:

- Ceea ce oferă continuitate fiinţei psihice;
- Liant permanent al conţinuturilor psihice supuse schimbării;
- Pol stabil al psihismului;
- Ceea ce este mereu identic cu sine însuşi;
- Ceea ce nu se modifică de la naştere până la moarte;

Dar există oare ceva neschimbat în psihic pe tot parcursul vieţii?

Intuiţia ne confirmă că DA, există o „ştafetă" purtată de la o etapă la alta, între veghe şi somn, în toate experienţele de viaţă, secundă de secundă.

Raţiunea poate rămâne ceva mai rezervată, pentru că, în mod obişnuit, Identitatea de sine se ascunde în spatele manifestărilor personalităţii. Există însă o tulburare psihiatrică a identităţii ce o pune în evidenţă cât se poate de clar. Înainte de a prezenta această dovadă, vom apela la raţionament pentru a circumscrie conceptul de „Identitate de sine".

CINE SUNT EU?

Această întrebare filosofică poate fi reformulată în termeni psihologici astfel: *care este identitatea mea de sine*? Vom încerca un răspuns în cele ce urmează.

La prima vedere, „eu" am un nume, am un statut, îndeplinesc roluri şi întreţin relaţii sociale. Acesta este Eul social. El depinde de ceilalţi, de

societate. Ce s-ar întâmpla însă dacă aş rămâne singur pe o insulă pustie? Eul social ar dispărea dintr-o dată. Orice „am" pot pierde într-o zi. Dacă vreau să aflu cine „sunt", trebuie să merg mai în profunzime.

Aş putea să mă definesc a fi drept individul biologic. Este evident că „eu" exist din momentul naşterii şi voi dispărea odată cu moartea corpului. Prin urmare, existenţa corpului este cel mai sigur reper care îmi poate defini identitatea. Eu sunt corpul meu cel viu! Totuşi, apare şi aici o problemă. Întrebarea „cine sunt eu?" nu şi-a pus-o Eul biologic, ci provine din psihic. Toate fiinţele au o individualitate biologică. Dintre ele, numai oamenii îşi pun însă această întrebare. Nu toţi, desigur...

Dacă întrebarea vine din psihic, atunci ea se referă la „eul" meu psihologic. Aici s-ar părea că lucrurile sunt clare. „Eu" sunt personalitatea. Prin personalitate înţeleg conduita, afectele, gândurile şi alte caracteristici, dar numai cele relativ stabile pe o perioadă ceva mai lungă de timp. Totuşi, din copilărie până la bătrâneţe, personalitatea suferă transformări notabile, viaţa punându-şi implacabil amprenta pe sufletul nostru. Puţine caracteristici rămân constante, poate cele temperamentale, poate unele talente, ceea ce este, în general, înnăscut. Dar mă reduc „eu" la acestea?

Prin „EU" înţelegem ceea ce rămâne neschimbat de la naştere până la moarte. Nu pot accepta că identitatea mi se schimbă de la o etapă a vieţii la alta. Ceea ce suferă variaţii (gândurile, afectele, experienţele) nu este „eul" meu real. Deci „eu" nu pot fi nici personalitatea, care este o umbrelă prea largă pentru diverse aparenţe temporare. Iar ceea ce rămâne relativ constant din ea este prea puţin. Talentul nici nu ar exista dacă nu s-ar putea manifesta, şi în acel caz nefericit, ce ar mai rămâne din „mine", decât o potenţialitate? Temperamentul este o etichetă pentru o sumă de tipare psihologice comune mai multor oameni. Persoane cu temperamente identice au însă identităţi diferite.

Prin urmare, dacă identitatea mea nu este dată de Eul social, nici de cel biologic, nici de personalitate, deşi este cuprinsă în fiecare dintre acestea, cine sunt eu?

Răspunsul era deja la îndemână. Identitatea de sine îmi este dată de SINE. Cine este Sinele, atunci? Sinele este cel care îmi dă identitatea. Altfel spus, identitatea de sine este consecinţa pre-existenţei Sinelui. Formulăm explicit ipoteza că Sinele este primul produs psihic, este reflexia individualităţii biologice în plan psihic. Personalitatea se cristalizează de la naştere (chiar din mediul uterin) în jurul unui nucleu psihic, numit „Sine". Ontogenetic, Sinele este primul produs al psihicului, în jurul căruia se vor desfăşura toate celelalte procese psihice.

Pe scurt, aceasta ar însemna că:

- Identitatea este o funcţie implicită şi primară a psihicului, independentă de exterior.
- Orice fiinţă dotată cu psihic are o identitate interioară, încă de la apariţia sa.

SINELE ŞI CONŞTIINŢA

Este oare Sinele identic cu Conştiinţa?

Sinele şi Conştiinţa par a se contopi. Analizând mai atent însă, le putem separa didactic. Sinele continuă să existe şi în vise, ba chiar şi pe parcursul somnului profund, astfel încât la trezire redevenim aceeaşi persoană care am fost la culcare. Sinele este nucleul Conştiinţei, el ne dă continuitatea şi stabilitatea identităţii.

Afirmăm că, în jurul Sinelui, Conştiinţa mai conţine Atenţia şi Voinţa.

Sinele creează intenţia, Voinţa pune în fapt, dinamizând structurile psihice, Atenţia informează despre funcţionarea structurilor psihice. Conştiinţa fără Atenţie este de neconceput. Voinţa poate orienta şi mobiliza Atenţia, la cererea Sinelui. Aceasta ar fi, pe scurt, schema Conştiinţei, în viziunea noastră.

Desigur, vorbim de un tip anume de Voinţă şi Atenţie, independente de alte calităţi psihice variabile, de dispoziţiile de moment sau de tulburările de personalitate. Dar voinţa şi atenţia – ca mecanisme psihice generale – depind în mare măsură, fiind chiar generate de Voinţa şi Atenţia înţelese ca atribute specifice Conştiinţei.

Conştiinţa este o structură simplă - comparabilă ca şi complexitate cu Sinele -, situată la baza activităţii psihice complexe.

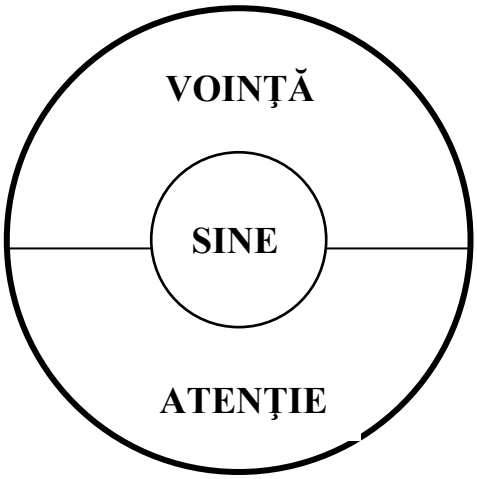


Fig. 1 - Schema Conştiinţei

Credem că Conştiinţele tuturor fiinţelor (cel puţin a celor dotate cu aparat psihic) sunt identice ca structură (fig.1). Ceea ce diferenţiază conştiinţa reflexivă (a omului conştient de sine şi de lume) de conştiinţa pre-reflexivă (a copiilor mici şi a animalelor, care sunt conştiente doar de lume) sunt procesele mentale superioare. Diferenţa provine deci din calitatea minţii fiinţelor, nu din tipul de Conştiinţe, teoretic similare (fig.2).

Mintea (gândirea) este o structură de bază a personalităţii.

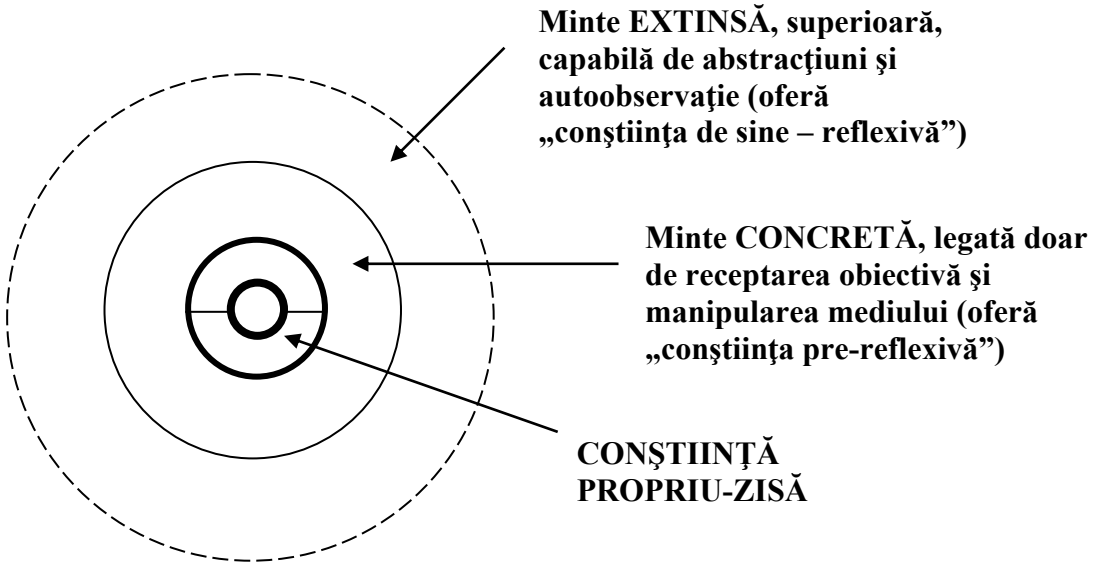

Minte EXTINSĂ, superioară, capabilă de abstracţiuni şi autoobservaţie (oferă „conştiinţa de sine – reflexivă”)
Minte CONCRETĂ, legată doar de receptarea obiectivă şi manipularea mediului (oferă „conştiinţa pre-reflexivă”)
CONŞTIINŢĂ PROPRIU-ZISĂ

Fig.2 - Schema diferenţei dintre Conştiinţa propriu-zisă, conştiinţa de sine (reflexivă) şi cea pre-reflexivă

Revenind la problema identităţii de SINE, afirmam mai sus că există o tulburare psihiatrică a identităţii ce o pune în evidenţă. S-o analizăm:

TULBURAREA DISOCIATIVĂ DE IDENTITATE

«Tulburarea disociativă de identitate, numită şi tulburare de personalitate multiplă, reprezintă existenţa într-un singur individ a mai multe identităţi distincte sau personalităţi care alternează în controlarea comportamentului. Tulburarea de identitate nu este clasificată ca o tulburare de personalitate, ci ca una disociativă, în centrul său aflându-se tendinţa cronică de a disocia – de a delimita diferite faţete ale simţului de sine, amintirile sau conştiinţa.

În general, fiecare personalitate are numele şi vârsta sa şi un set specific de amintiri şi comportamente caracteristice. În majoritatea cazurilor există o identitate primară care poartă numele dat individului şi este pasivă, dependentă şi deprimată. Identităţile alternative au, de obicei, caracteristici care contrastează cu identitatea primară - de exemplu: ostile, dominante şi autodistructive (Asociaţia Americană de Psihiatrie, 2000). În unele cazuri personalităţile pot să fie diferite din punctul de vedere al unor caracteristici cum ar fi: scrisul de mână, aptitudinile artistice sau atletice şi cunoaşterea unei limbi străine. Identitatea primară nu este adesea conştientă de experienţele celorlalte identităţi.

Observatorii remarcă trecerea (*într-un interval de secunde – n.n.*) de la o personalitate la alta, care este adesea însoţită de schimbări subtile în postura şi tonul vocii. Noua personalitate vorbeşte, merge şi face gesturi diferite. Pot apărea chiar schimbări la nivelul proceselor fiziologice, cum ar fi tensiunea arterială şi activitatea creierului (Putnam, 1991). Personalităţile se deosebesc prin caracteristicile psihologice şi răspunsul la testele de personalitate şi inteligenţă.

Mulţi teoreticieni cred că această tulburare se dezvoltă ca un mijloc de apărare împotriva experienţelor traumatice din copilărie. Copilul se adaptează la problemele

dureroase prin crearea unei alte personalităţi care să se ocupe de dificultăţi (Ross, 1997).

Se pare că acest copil învaţă să se apere singur de durerea abuzului prin disocierea memoriei de conştient. În cazul în care copilul este abuzat în mod grav şi în repetate rânduri, această metodă conduce în timp la identităţi disociative în care numai una dintre personalităţile suplimentare este conştientă de abuz, iar celelalte nu au amintiri despre suferinţă. Este o reacţie adaptativă pentru copil să-şi păstreze personalităţile separate pentru a păstra amintirea dureroasă departe de el. În felul acesta sentimentele şi amintirile abuzului nu se revarsă în mod continuu în conştiinţa copilului atunci când el nu le mai poate suporta - de exemplu, atunci când este la şcoală sau se joacă cu prietenii (Braun, 1986).

Cazurile de tulburare disociativă de identitate au fost întotdeauna fascinante, dar rare. Cu toate acestea, în ultimii ani a avut loc o creştere bruscă a numărului de cazuri raportate în Statele Unite (*300.000, după unele cifre – n.n.*).»

[Atkinson & Hilgard – *Introducere în psihologie*, Editura Tehnică, 2005, pag.818]

Vezi şi Anexa de mai jos, cu studii de caz de personalitate multiplă.

Putem exprima tulburarea de identitate în două alternative grafice, apelând la modelul Sinelui descris mai devreme. EUL ar corespunde Personalităţii, iar SINELE, Identităţii.

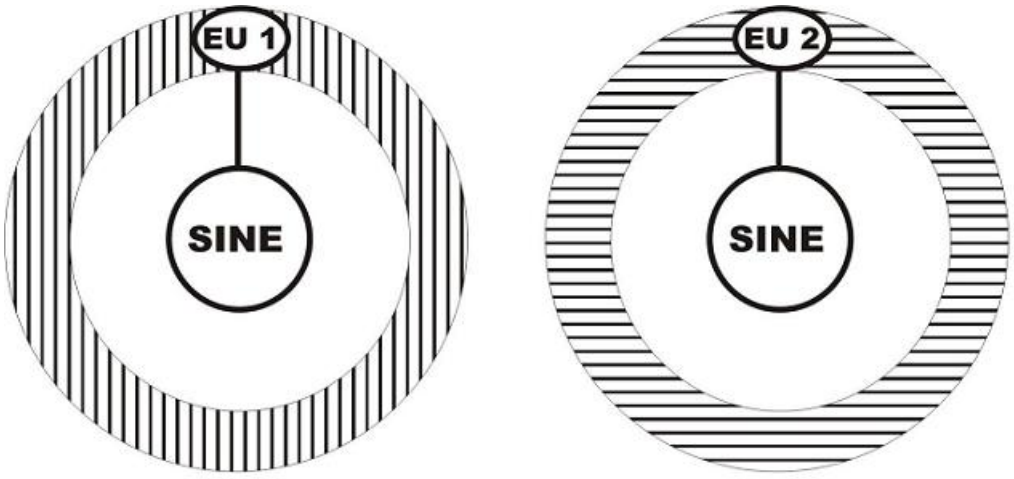


Fig. 3 – Emergenţa patologică a personalităţilor multiple.
Sinele ar proiecta două sau mai multe Eu-ri

Psihologii presupun că personalitatea secundară (EU 2) a fost creată ca urmare a unei traume. Cauza sindromului personalităţilor multiple s-ar afla deci în Sine! El este cel care „dezvoltă un mijloc de apărare împotriva experienţelor traumatice din copilărie”... La omul normal, Sinele nu are astfel de porniri năstruşnice. Cercetarea psihiatrică ar trebui deci să se aplece teoretic şi practic asupra Sinelui profund, găsind poate şi alte patologii ale sale...

Dar este oare personalitatea doar o emanaţie arbitrară şi spontană a Sinelui? A crea o personalitate nouă (EU 2) în decurs de câteva minute este o operă demiurgică, şi nicidecum nu se poate concepe că ar lua naştere prin aglomerarea arbitrară de tipare psihice preexistente, printr-un joc al inconştientului! Personalitatea secundară este perfect coerentă. Or, în psihologie este axiomatic şi evident că personalitatea se construieşte în timp, ca urmare a interacţiunilor sociale (mediul, educaţia) şi pe un fond ereditar. Explicaţia psihologică de mai sus este, prin urmare, pur speculativă, ceea ce ne obligă să căutăm alte explicaţii necontradictorii pentru sindromul personalităţilor multiple.

Suntem obligaţi să recunoaştem că mai există o alternativă explicativă. Conform acesteia, personalitatea este o construcţie laborioasă a Sinelui, cu care face corp comun. Schimbarea identităţii ar însemna substituirea Sinelui iniţial cu un altul, având o altă identitate (fig.4). Aceasta ar explica şi unele pierderi de memorie între două alternanţe de personalitate. Totuşi, nu întotdeauna apar amnezii, sau uneori ele sunt doar parţiale. Aceasta pentru că există zone ale memoriei care rămân ataşate creierului, la care se poate avea acces de la „pupitrul de comandă" al Sinelui. Sinele nu se poate desprinde de propria sa personalitate, dobândită cu greu. Schimbările de identitate nu sunt decât manifestări ale diverşilor „Sine", instalaţi la „centrul de comandă" al psihicului...

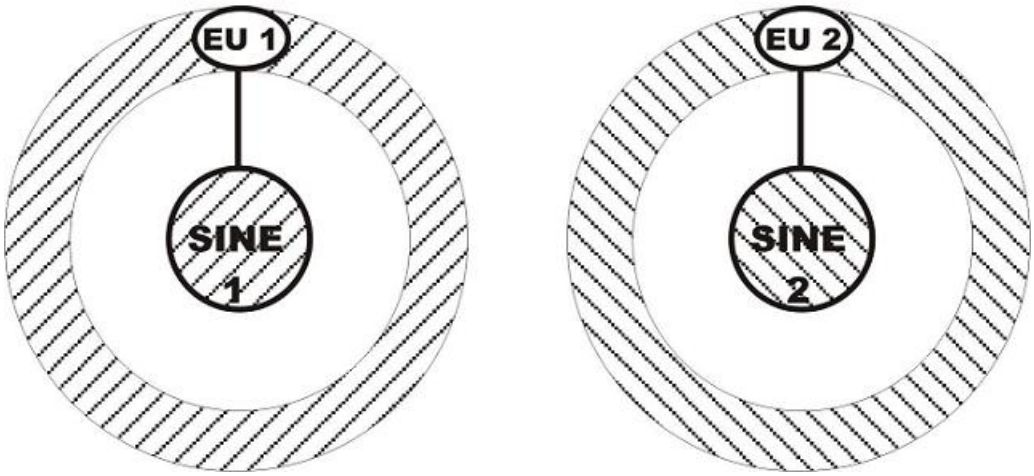


Fig. 4 - Emergenţa patologică a personalităţilor multiple. Schimbarea identităţii este produsă de substituirea Sinelui

Se pare că această ultimă variantă dă răspunsuri logice, corespunzând şi psihologiei orientale. Dar poate accepta ştiinţa posibilitatea substituirii Sinelui (numită uneori şi „transfer de conştiinţă")?

Psihologul Mihai Golu, în *Fundamentele Psihologiei* (Editura Fundaţiei *România de Mâine*, 2007), menţionează câteva repere

esenţiale privind adoptarea de către psihologie a paradigmei cibernetico-sistemice:

- „psihicul apare, există şi se manifestă ca o modalitate informaţională specifică...”. (pag.102)
- „informaţia procesată şi fixată pe un suport fizic poate fi conservată la infinit, dacă suportul respectiv, în sine perisabil, este regenerat sau înlocuit cu altul, pe măsura uzării lui; aceeaşi proprietate o posedă şi structura psihică. Ea ar putea fi perpetuată la infinit dacă suportul său normal ar fi regenerabil sau înlocuibil din mers.” (pag. 105)

Cu alte cuvinte, procesele psihice sunt „produse informatice” ale creierului. Desigur că şi Sinele ar fi tot un asemenea produs, înmagazinat undeva în creier. Chiar dacă circuitele neuronale se reorganizează continuu, această informaţie-nucleu este automat salvată şi redirijată în alte zone sigure, stabile ale suportului său fizic.

Cazul patologic al substituirii Sinelui poate fi explicat ca fiind un transfer al informaţiei-nucleu în alt creier-gazdă (similar cu mutarea datelor de pe un computer pe altul). Desigur că aici trebuie să acceptăm ipoteza că informaţia poate circula şi pe alte canale decât cele substanţiale (creierul).

În acest sens, putem aduce în sprijin teoria materiei biostructurate, a academicianului român Eugen Macovski. Conform acesteia, formele biologice sunt alcătuite din substanţă anorganică, dar conţin un element în plus, şi anume biostructura – care face diferenţa dintre viu şi neviu. Biostructura a fost chiar obiectivată ştiinţific de către autor. Similar, se poate afirma că psihologicul pleacă de la biologic, dar conţine un element suplimentar care face diferenţa. Macovski l-a numit materie noesică, ce îi acordă proprietăţi specifice, ireductibile la biologic. Ar fi vorba despre un câmp cu proprietăţi specifice, care ar putea fi şi purtătorul informaţiilor psihice.

Prin urmare, transferul de Identitate ar fi perfect posibil, pe calea câmpului noesic (fig.5).

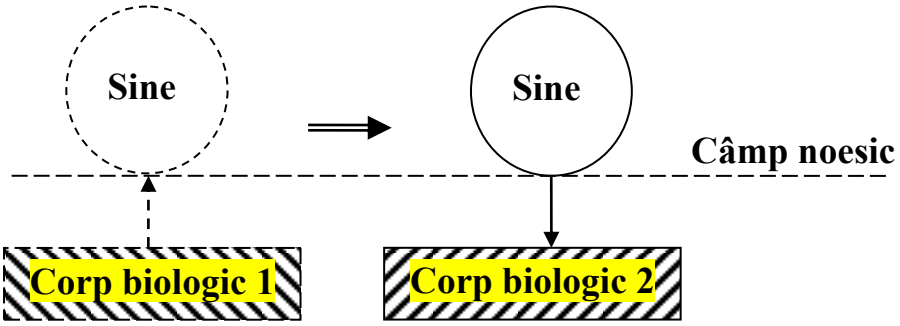


Fig. 5 – Transferul de Identitate prin câmpul noesic

Să rezumăm demersul nostru ideatic de până acum:

1. Plecăm de la teza că Identitatea de sine este pilonul central al Personalităţii.
2. Identitatea este atributul Sinelui.
3. Ontogenetic, Sinele este primul produs al psihicului şi proiecţia în psihic a individualităţii biologice.
4. Nu putem accepta ca o explicaţie pertinentă a tulburării disociative de identitate cea conform căreia o nouă personalitate coerentă se poate naşte spontan şi arbitrar din inconştient.
5. În locul acesteia propunem o altă explicaţie, mai logică, conform căreia Sinele este solidar cu personalitatea care s-a cristalizat, în decursul timpului, în jurul său. Tulburarea de identitate apare la substituirea Sinelui original cu un altul.
6. Putem presupune că al doilea Sine a fost transferat – provenind, poate, dintr-un alt corp biologic, poate, decedat - pe o cale pur informaţională, non-substanţială.

Dacă nu s-a strecurat nici o greşeală logică şi fiecare punct de mai sus întruneşte acordul cititorilor, atunci se impun câteva concluzii:

- Transformările vieţii psihice sunt doar valurile etern schimbătoare de la suprafaţa oceanului-Sine. Identitatea este un atribut esenţial al Sinelui adânc. Ar mai fi şi altele, printre care capacitatea Sinelui de a se proiecta în exterior sub forma personalităţii omului. Personalitatea ar fi o reflexie şi creaţie a arhitectului-Sine, construită din elementele puse la dispoziţie de inconştient şi prin interacţiunile sociale.

- Definirea Identităţii impune clarificarea teoretică a problemei Sinelui profund. Termenul de „Sine" are astăzi accepţiuni diferite, la unii psihologi fiind sinonim cu Ego-ul (personalitatea exterioară), iar la ceilalţi având sensul de Sine ascuns, transpersonal, izvor al personalităţii (Sinele profund). Preferăm a doua definiţie.

- Din punct de vedere practic, luarea la cunoştinţă şi familiarizarea cu Sinele profund ar avea o mare importanţă pentru autocunoaştere. Ea ar putea preîntâmpina unele decompensări nedorite, ca urmare a descoperirii unor laturi negative ale personalităţii proprii.

În concluzie, Identitatea de Sine este o noţiune care merită să fie valorizată şi psihologic, nu doar filosofic. Inaugurarea a fost deja făcută de psihologia transpersonală, dar se cade a fi apreciată şi de celelalte orientări psihologice, de psihologia generală şi, mai ales, de psihologia personalităţii.

4 mai 2008

ANEXĂ

STUDII DE CAZ DIN LITERATURA DE SPECIALITATE

PERSONALITATEA MULTIPLĂ

Disociaţiile personalităţii

«Cazul cel mai vechi studiat (1816) al disocierii personalităţii este cel al unei tinere americance, Mary Reynolds, care la ieşirea dintr-o sincopă şi-a pierdut amintirea vieţii sale anterioare. Câteva luni după aceea, atinsă fiind de o sincopă analoagă, ea şi-a regăsit personalitatea normală, dar a uitat complet ce se petrecuse între cele două accese. De atunci, viaţa ei s-a aflat împărţită alternativ între cele două stări. Ea avea, de altfel, atât de puţină cunoştinţă asupra dublului său, încât cele două persoane distincte nu aveau nimic din natura lor respectivă.

Cazul celebrei Felida X. care a fost minuţios studiat către anul 1860, de dr. Azam, este cel al unei tinere fete isterice, care adeseori sub impulsul unei emoţii şi chiar fără cauză aparentă încearcă o senzaţie dureroasă la tâmple şi cade brusc într-un somn profund ce durează 10 secunde. După care deschide spontan ochii şi intră într-o a doua stare ce durează o oră sau două. La urmă, somnul reapare şi Felida nu-şi mai aminteşte despre ce s-a vorbit în timpul celei de-a doua stări.

Ceea ce este important de notat e că în timpul duratei acestei stări, Felida era diferită faţă de ea însăşi.

Ea era veselă, activă, fără nelinişte şi facultăţile sale păreau mai dezvoltate şi mult mai complete decât în starea normală când ea era tristă, închisă şi temătoare. Dr. Azam a constatat chiar o a treia schimbare de personalitate caracterizată de o teroare invincibilă.

Prin urmare, psihologii şi psihiatrii au descoperit subiecţi care prezintă până la 4-5 şi chiar 6 personalităţi, fiecare personalitate având caracterul său particular şi sentimente aparte. Astfel, cutare subiect era catolic în starea I şi protestant în starea a II-a. Adeseori, aceste personalităţi se ignorau; în schimb, în unele cazuri, ele se cunoşteau, se judecau şi se criticau. Fiecare din ele aveau o scriere caracteristică.

Cazul dra. Beauchamp, care a fost auditat de dr. Morton Prince, din Boston, poseda patru personalităţi care se succedau şi care aveau fiecare maniera lor de a gândi şi acţiona. Exista mai înainte dra. Beauchamp nr. I care era, dacă se poate spune, dra. Beauchamp normală. Era o fată tânără, inteligentă, dulce, simpatică şi dezinteresată, dar nevropată, visătoare şi impresionabilă. Dra. Beauchamp nr. 2 era mai puţin rezervată decât prima. Venea apoi dra. Beauchamp nr. 3 care, singură îşi atribuia numele de Sally. O caracteristică deosebită: cu cât dra. Beauchamp cea normală era bolnavă şi zăcea, cu atât Sally era mai robustă şi sănătoasă; ea nu cunoştea nici suferinţa, nici oboseala şi era, într-un anume fel, opusul impulsiunilor comprimate de viaţa studioasă şi viciată pe care o ducea nevrozata din Boston.

În fine, dra. Beauchamp nr. 4 era total diferită de celelalte trei şi mai ales, de prima. Era o femeie frivolă, ambiţioasă, egoistă, şireată şi rea care nu înceta s-o persecute pe dra. Beauchamp nr. I. Poate fi asemănată cu starea Leoniei ce a fost unul dintre subiecţii studiaţi de prof. Pierre Janet. În starea a doua, ea se autonumea Leonina şi spunea despre Leonia, adică despre ea însăşi: „Această femeie nu sunt eu, e prea proastă”.

Una dintre cele mai extraordinare personalităţi multiple şi alternante ce s-au oferit vreodată atenţiei psihologilor e, desigur, cea a lui Mollie Fancher. În urma unui grav accident de tramvai survenit la vârsta de 16 ani, ea a căzut într-un fel de stare cataleptică ce a durat nouă ani. În timpul acestei perioade, ochii i-au rămas aproape complet închişi, cu toate că nu dormea şi braţul drept, contractat, a rămas ridicat şi în

spatele capului. Cu toate acestea, în decursul acestor nouă ani şi în această stare, ea a scris 6500 de scrisori, a făcut gospodărie şi a utilizat 100000 uncii englezeşti de ceară, adică 2835 kg pentru a confecţiona flori artificiale pe care le colora la perfecţie. Toată această muncă o efectua deasupra capului.

La sfârşitul celor nouă ani, după o criză cataleptică profundă, ce a fost urmată în luna următoare de o decontractare generală, mare i-a fost surprinderea când, crezând că nu a dormit decât o noapte, a aflat că a ieşit dintr-o perioadă de amnezie de 9 ani. Nu a vrut să creadă şi să admită că ea a fabricat magnificele flori de ceară ce i-au fost arătate, simţindu-se incapabilă de un asemenea lucru artistic.

După care, în viaţa cotidiană, cele cinci personalităţi se succedau în ea, fiecare fiind separată de precedenta şi de următoarea printr-o criză convulsivă ce părea că-i dezarticulează membrele. Ea se chema pe rând: Sunbeam, Rosebud, Idol, Pearl şi Ruby, adică tradus: Rază de soare. Mugur de trandafir, Idol, Perlă şi Rubin.

Sunbeam reprezenta personalitatea curentă, cunoscută de vizitatori şi prieteni ca fiind cea a lui Mollie Fancher, dar e dificil de spus dacă ea constituia viaţa tinerei fete de 16 ani. Ea era în orice caz distinctă de personalitatea care o va domina în cei nouă ani ce vor urma accidentului. Dar se întâmpla la o anumită oră, în general noaptea, când Sunbeam ceda locul micuţei Rosebud care afirma că nu are decât 7 ani. Această personalitate şi-a păstrat continuu această vârstă şi nu a prezentat nici o dezvoltare intelectuală de la un an la altul. Apoi, Rosebud era înlocuită de Idol, pe urmă Pearl urmată imediat de Ruby, care era deosebit de vivace şi spirituală. Şi ciclul reîncepea. Amintirile fiecărei personalităţi erau strict limitate la unele părţi ale vieţii lui Mollie Fancher. Bolnava nu dormea niciodată.

Cazul lui Doris Fischer a fost îndelung studiat (Journal of the American Society for Psychical Research, voi. IX, X, XI) de dr. Hyslop şi dr. W. E. Prince care au avut prilejul să examineze şi să o îngrijească pe această tânără fată. Cinci personalităţi diferite i-au ocupat alternativ conştiinţa. Doris, bolnava, Margaret, Margaret cea care dormea, adevărata Doris şi o a cincea personalitate greu definită, de altfel fără importanţă şi fără interes. Printre personalităţile secunde, Margaret apăruse prima în urma unui traumatism grav pe când Doris Fischer nu avea decât trei ani.

Cele cinci personalităţi erau diferite şi distincte unele de altele ca persoane vii şi autonome. Ele erau, în plus, separate de abisuri amnezice: Doris bolnava le ignora pe toate celelalte: Margaret o cunoştea pe Doris bolnava şi adevărata Doris, dar o ignora pe Margaret ce dormea, aceasta în schimb le cunoştea pe cele trei personalităţi principale, în fine, adevărata Doris, cu toate că era considerată ca o personalitate totală, nu-şi amintea de avatarurile trecute când îşi relua cunoştinţa.

După ce a supus bolnava unor mediumi lucizi care au asimilat unele dintre personalităţile secundare, şi, mai ales, pe Margaret, spirite obsedante, dr. Hyslop a considerat că poate să afirme că aceste entităţi sunt efectiv străine de Doris Fischer.

În realitate, cu toate că aceste personalităţi au revelat fapte necunoscute, recunoscute ca exacte, dovadă şi că Doris Fischer a fost vindecată după ce ele fuseseră gonite sau dacă se preferă, exorcizate, ele nu au fost, după cum bine s-a demonstrat de M.T.W. Mitchell (Proceeding of the Society for Psychical Research, mai 1920) decât personalităţi secundare intrinseci cu acelaşi titlu ca şi cealaltă.

În afară de adevărata Doris, cele trei principale personalităţi secundare reprezentau cele trei moduri cunoscute ale conştiinţei: intelectualul, emoţionalul şi practicul. După trăsăturile sale caracteristice, Margaret care dormea, exprima personalitatea intelectuală, neimpresionabilă, surâzătoare, calmă, logică şi prevenitoare. La rândul ei, Margaret constituia personalitatea emoţională, demonstrativă, cu alternanţe bune şi rele, când afectuoasă, când răutăcioasă. În fine, Doris bolnava caracteriza latura practică a mentalităţii lui Doris Fischer. Era femeia datoriei, suficient de rece şi în întregime ocupată de muncă.»

(Paul Ştefănescu – *SPIRITISMUL*, Editura Phobos, 2005, pag.151)

Personalităţi multiple

«Chiar dacă unele dintre cele mai citate cazuri de regresie hipnotică s-au dovedit rezultatul fenomenului de criptomnezie, ne-am pripi dacă am respinge toate cazurile de acest gen, după cum vom arăta în capitolele următoare. Totuşi, atunci când examinăm asemenea dovezi, avem de a face cu mintea omenească şi cu extraordinarele ei puteri, aşa că trebuie să fim înţelegători. Să luăm, de exemplu, uimitoarea abilitate a minţii de a „deveni" altcineva, ca în cazul sindromului personalităţilor multiple. Individul care prezintă acest sindrom vorbeşte, se comportă şi gândeşte ca o altă persoană, având chiar şi un nume pentru personalitatea respectivă, care poate să se manifeste pe neaşteptate, „posedând" trupul subiectului o perioadă, apoi să dispară, înlocuită fie de personalitatea normală a subiectului, fie de o alta. Se spune că numai în Statele Unite, de acest sindrom suferă 300.000 de persoane; unul dintre cazurile extreme este acela al Donnei Smith, căreia i s-a pus acest diagnostic la vârsta de nouăsprezece ani. Avea şaizeci şi cinci de personalităţi.

Au fost consemnate o mulţime de cazuri uluitoare de personalităţi multiple, inclusiv unul în care unul dintre personaje era alergic la pisici şi avea o reacţie foarte puternică dacă exista vreo pisică în apropiere. Simptomele dispăreau însă de îndată ce o altă personalitate „trecea în faţă".

Lucru uluitor, într-un caz recent, câteva personalităţi multiple au depus mărturie sub jurământ în cadrul unui proces. Un bărbat însurat, lucrător într-un supermarket din Oshkosh, Wisconsin (SUA), a fost acuzat de viol de către o femeie de 27 de ani, pe nume Sarah, care prezenta patruzeci şi şase de personalităţi distincte. Acuzatul a susţinut că avusese consimţământul femeii. La proces, Sarah închidea ochii şi făcea scurte pauze când trecea de la o personalitate la alta, la cererea procurorului Joseph Paulus. Judecătorul, Robert Hawley, i-a cerut femeii să depună jurământ ori de câte ori îşi schimba personalitatea, iar avocaţii s-au prezentat oficial fiecărei personalităţi în parte. Printre cele şase personalităţi care au depus mărturie la proces prin intermediul lui Sarah se număra şi o fetiţă de şase ani, „Emily", despre care s-a spus de asemenea că fusese agresată, precum şi un bărbat, „Sam". Acuzatul, Mark Peterson, a fost găsit vinovat de agresiune sexuală fără premeditare, pentru că o violase pe „Jennifer", o uşuratică amatoare de muzică rock, căreia îi plăcea să danseze. Verdictul a fost însă ulterior casat, pe motiv că acuzatul nu avusese parte de un proces corect, întrucât psihiatrului său nu i se îngăduise să o examineze pe reclamantă. S-a cerut revizuirea procesului, dar Peterson a fost achitat, după ce avocatul părţii vătămate a arătat că un nou proces ar fi agravat boala psihică a femeii.

Într-un alt caz celebru, acela al lui Sybil Dorsett, au ieşit la iveală şaisprezece personalităţi foarte impresionante, printre care un zidar, un dulgher, un scriitor şi un muzician. Incredibil, scriitorul şi muzicianul s-au împrietenit şi se manifestau în trupul lui Sybil pentru a avea lungi convorbiri şi chiar pentru a asista la piese sau concerte, în timpul cărora făceau comentarii tehnice, spre nemulţumirea celorlalţi spectatori. Cazul a stat la baza cărţii *Sybil*, care a fost şi ecranizată.

Posedată de un „înger"

Primul stadiu al bolii psihice de care suferea Mary Lurancy Vennum părea să fie o formă tipică de sindrom al personalităţilor multiple, deşi în 1877, când s-au petrecut întâmplările, maladia era necunoscută. Mary Lurancy Vennum, din Watseka, Illinois (SUA), avea pe atunci treisprezece ani şi a fost „posedată" mai întâi de o babă ursuză, apoi de un tânăr care fugise de acasă. Aflând de acest caz, un anume domn Roff a trimis familia fetei la un hipnotizator, dr. E. Winchester Stevens, care a reuşit

să ajungă la „mintea sănătoasă şi fericită” a tinerei bolnave. Mary i-a spus că „un înger” pe nume Mary Roff voia să ia locul celorlalte două personalităţi - ceea ce s-a şi întâmplat, doar că „îngerul” a pus complet stăpânire pe fată. Interesant este că Mary Roff fusese o persoană reală - fiica celui care trimisese familia Vennum la hipnotizator -, care murise pe vremea când Mary Lurancy Vennum avea un an. Domnul şi doamna Roff au reuşit să-i convingă pe părinţii fetei s-o lase să locuiască cu ei (lucru deloc surprinzător, din vreme ce fata nu-i mai recunoştea). Pentru toată lumea, ea era Mary Roff - şi a rămas Mary Roff timp de trei luni şi zece zile, după care Mary Lurancy Vennum a redevenit stăpână pe trupul ei şi s-a întors la ai săi.

Se pare că este vorba de un caz de posedare temporară (cu totul diferit de sindromul personalităţilor multiple), care le-a adus mângâiere soţilor Roff: spiritul fetei lor supravieţuia cumva şi putuse trăi cu ei o vreme. Este o situaţie neobişnuită, dar nu unică. Există multe exemple moderne, inclusiv cazuri în care posedarea pare să fi rămas permanentă.

Straniul caz al Sumitrei

Aşa s-a întâmplat, de exemplu, cu Sumitra Singh, o tânără măritată care locuia cu socrii ei în satul Sharifpura, din districtul Farrukhabad, Uttar Pradesh (India). Sumitra se căsătorise cu Jagdish Singh în 1981, la vârsta de numai treisprezece ani, şi adusese pe lume un fiu în luna decembrie a anului următor. Dar, la două-trei luni după naştere, femeia a început să sufere de crize în timpul cărora părea că intră în transă şi vorbeşte ca altcineva. Persoanele care păreau să vorbească prin intermediul ei erau o zeiţă pe nume Santoshi Ma, o femeie din acelaşi sat, pe nume Munni Devi, care murise înecată, şi un bărbat rămas neidentificat, dintr-un alt stat. Apoi, pe 16 iulie 1985, pe când era posedată de zeiţă, Sumitra a prezis că va muri peste trei zile - şi exact aşa s-a întâmplat. Familia ei şi sătenii au fost martori la moartea ei, survenită pe 19 iulie ; dar, după ce a rămas, aparent, fără viaţă şi fără puls timp de patruzeci şi cinci de minute, iar rudele îndurerate începuseră să pregătească ceremonia funerară, Sumitra a înviat.

S-a uitat în jur, arăta nedumerită şi părea că nu recunoaşte pe nimeni. A doua zi a explicat şi de ce. Nu mai era Sumitra. Se numea Shiva, era mamă a doi copii, trăise în Dibiyapur şi fusese ucisă de familia soţului ei. Povestea că, în timpul unei altercaţii, cumnata ei o lovise cu o cărămidă, iar familia îi cărase trupul pe o cale ferată, ca să pară că a murit călcată de tren. Treptat, au ieşit la iveală noi şi noi amănunte despre viaţa Shivei, inclusiv numele tatălui ei şi faptul că fusese profesoară şi trăise la Etawah.

Cel mai supărător lucru pentru toată lumea era că Sumitra refuza să-şi recunoască soţul şi fiul, şi cerea insistent să se întoarcă la cei doi copii ai ei. La început, familia Sumitrei a crezut că femeia şi-a pierdut minţile, apoi a ajuns la concluzia că era posedată de un spirit. Nu au încercat să-i verifice declaraţiile. În cele din urmă, Sumitra a acceptat să-şi reia relaţiile normale cu soţul ci şi să se ocupe de copil, dar a continuat să susţină că este Shiva.

Dr. Satwant Pasricha, cea mai cunoscută cercetătoare indiană în domeniul reîncarnării, a aflat de acest caz în noiembrie 1985 şi, după trei săptămâni, a început să-l investigheze. A descoperit astfel că, de când îşi schimbase personalitatea, Sumitra începuse să li se adreseze celor din familie mai politicos, se îmbrăca altfel şi citea şi scria în hindi cu mai multă uşurinţă decât până atunci. Cu trei luni înainte de vizita lui Satwant Pasricha în satul Sumitrei, un profesor de la un gimnaziu din Etawah, Ram Siya Tripathi, a cărui fiică măritată murise la Dibiyapur, a aflat de zvonul că fiica lui se renăscuse în Sharifpura şi a vrut să se convingă, însoţit de Baleshwar Prasad, unul dintre unchii din partea mamei ai Shivei, el a ajuns la Sharifpura în octombrie 1985 şi s-a prezentat la uşa socrilor Sumitrei. Cei doi au fost

poftiţi înăuntru, şi se spune că Sumitra l-a recunoscut imediat, i-a spus „tăticule”, aşa cum făcea Shiva, şi a izbucnit în plâns. L-a recunoscut şi pe Baleshwar Prasad şi a identificat încă paisprezece persoane din fotografiile aduse de cei doi bărbaţi. Vizita l-a convins pe Ram Siya Tripathi că Sumitra avea amintiri de la fiica lui, aşa că i-a rugat pe socrii Sumitrei să le permită ei şi soţului ei să vină a doua zi la Etawah. Aici, femeia i-a recunoscut şi pe ceilalţi membri ai familiei Shivei care nu apăreau în fotografii - încă opt persoane -, inclusiv pe un unchi căruia i-a spus corect pe nume, precizând că stă la Kanpur. Într-adevăr, acolo locuise şi lucrase acesta pe când trăia Shiva, dar între timp se mutase la Etawah.

Shiva fusese o femeie educată, absolventă de facultate, şi probabil că educaţia ei superioară şi purtarea ei civilizată provocaseră fricţiuni cu familia soţului ei, cu care locuia. Cert este că avusese o altercaţie gravă cu socrii, după ce aceştia refuzaseră s-o lase să se ducă la nunta unui membru al familiei surorii ei. A doua zi, pe 19 mai 1985 (avea pe atunci douăzeci şi doi de ani), trupul i-a fost găsit pe terasamentul căii ferate, iar familia soţului ei a declarat că femeia se aruncase în faţa trenului. Pe la ora 11, trupul ei fusese incinerat. Poate că se sinucisese, dar existau acum bănuieli că fusese omorâtă, aşa că Ram Siya Tripathi a cerut efectuarea unei anchete judiciare. Unii sceptici ar putea spune că Sumitra sau familia ei putuseră afla din presă despre moartea violentă a Shivei, dar asta nu explică cele şaisprezece detalii verificate despre Shiva şi familia ei, care nu apăruseră în vreun articol publicat.

Numai timpul va spune dacă Shiva a pus cu totul stăpânire pe trupul Sumitrei şi dacă sufletul Sumitrei a plecat într-o alţii dimensiune sau s-a reîntrupat. Dintr-un punct de vedere spiritual însă, nu contează dacă avem de a face cu un caz de reîncarnare sau de posedare. Indiferent de explicaţia acceptată, este o dovadă deloc neglijabilă că fiecare dintre noi are un spirit care supravieţuieşte morţii fizice într-o formă ce-i permite să păstreze, de la un trup la altul, amintiri şi emoţii dintr-o existenţă anterioară.»

(Roy Stemman – *REÎNCARNAREA, Povestea vieţilor trecute*, Editura Polirom, 2005, pag. 135)

Tulburarea disociativă de identitate

«Unul dintre cele mai faimoase cazuri de personalitate multiplă este acela al lui Chris Sizemore, ale cărui personalităţi alternative - Eve White, Eve Black şi Jane - au fost înfăţişate în filmul *Cele trei chipuri ale Evei* (Tigpen şi Cleckley, 1957) şi descrise mai târziu, pe larg, în autobiografia sa, *Eu sunt Eva* (Sizemore şi Pittillo, 1977). Un alt caz foarte bine studiat este acela al lui Jonah, un băiat de 17 ani care a fost internat într-un spital în urma unor grave dureri de cap, care erau adesea urmate de pierderi de memorie. Personalul de la spital a observat schimbări puternice în personalitatea sa în diferite zile şi medicul psihiatru care se ocupa de el a detectat trei identităţi secundare distincte. Structurile de personalitate relativ stabile care au ieşit la iveală pot fi caracterizate după cum urmează:

Jonah: Personalitatea primară. Timid, retras, politicos şi foarte convenţional, el este desemnat ca „cinstitul”. Speriat uneori şi confuz în timpul interviurilor, Jonah nu este conştient de celelalte personalităţi.

Sammy: El are cele mai intacte amintiri: Sammy poate coexista cu Jonah sau îl poate elimina pe Jonah pentru a-l înlocui. El susţine că este pregătit atunci Jonah are nevoie de consiliere juridică sau are probleme; el este desemnat ca „mediatorul”. Amintirile lui Sammy încep de la 6 ani, când mama lui Jonah l-a înjunghiat pe tatăl său vitreg şi Sammy i-a convins pe părinţi să nu se mai lupte niciodată din nou în faţa copiilor.

King Young: El a apărut când Jonah avea 6 sau 7 ani, pentru a consolida identitatea sexuală a lui Jonah după ce mama sa îl îmbrăcase ocazional în haine de fete, iar

Jonah devenise confuz în privinţa numelor de fete şi de băieţi. King Young s-a ocupat de interesele sexuale ale lui Jonah începând de atunci; de aceea el este desemnat ca „iubitul”. Este doar foarte puţin conştient de celelalte personalităţi.

Usoffa: O persoană rece, beligerantă şi furioasă, Usoffa este capabil să ignore durerea. El este dedicat datoriei de a avea grijă şi de a-l proteja pe Jonah; de aceea este numit „războinicul”. El a apărut la 9 sau 10 ani, atunci când o bandă de băieţi l-a bătut de Jonah fără provocare. Jonah a fost lipsit de ajutor, dar Usoffa a apărut şi a luptat din greu împotriva atacatorilor. Şi el este doar în mică măsură conştient de celelalte personalităţi.

Aceste patru personalităţi testate au prezentat rezultate foarte diferite în ceea ce priveşte măsurătorile legate de temele foarte încărcate din punct de vedere emoţional sau au obţinut, în general, punctaje asemănătoare la teste relativ lipsite de emoţii sau conflicte personale, cum ar fi testele de inteligenţă sau de vocabular.

După ce indivizii descoperă că, prin crearea unei alte identităţi, se eliberează de suferinţa emoţională, sunt înclinaţi să mai creeze alte personalităţi atunci când sunt confruntaţi cu probleme emoţionale. Astfel, Jonah a fost bătut de un grup de băieţi la vârsta de 10 ani şi a creat o altă personalitate, Usoffa Abdulla, pentru a se ocupa de această problemă. Sammy (mediatorul) a apărut atunci când Jonah a trebuit să facă faţă atacului mamei sale împotriva tatălui său vitreg.

Unii pacienţi cu tulburări disociative de identitate sunt atât de obişnuiţi să se apere împotriva problemei prin intermediul unei personalităţi alternative, încât continuă să proceseze de-a lungul copilăriei, creând noi personalităţi ca reacţie la noile probleme, şi pot sfârşi prin a avea o duzină sau chiar mai multe personalităţi diferite (Putnam, 1991).»

(Atkinson & Hilgard – *Introducere în psihologie*, Editura Tehnică, 2005, pag.818)

MODELUL TRINITAR AL PSIHICULUI

«Fiindcă, dacă mă rog în altă limbă, duhul meu se roagă, dar mintea mea este fără rod. Ce este de făcut atunci ? Mă voi ruga cu duhul, dar mă voi ruga şi cu mintea ; voi cânta cu duhul, dar voi cânta şi cu mintea.» (1 Corinteni 14.14,15) ;

«...şi duhul vostru, sufletul vostru şi trupul vostru să fie păzite întregi, fără prihană…» (1 Tesaloniceni 5.23)

Abordarea predominant *statistică* a psihologiei introduce rigoare în studiile ştiinţifice, dar tinde să minimalizeze *intuiţia* şi *introspecţia*, care sunt indispensabile psihoterapeuţilor şi consilierilor. Poate de aceea s-a căscat o prăpastie între cele două domenii ale psihologiei şi chiar tendinţe de separare oficială (în învăţământul universitar din S.U.A.). Matematizarea excesivă a psihologiei ştiinţifice a dus şi la o plafonare a creativităţii în acest domeniu, unde actualmente cam totul se „reciclează". Este evident că psihicul uman se supune şi altor reguli de funcţionare decât celor algoritmice.

Apariţia psihologiei transpersonale a relansat inovaţia şi descoperirea în psihologie. Ea se bazează pe o nouă paradigmă, în care vechile concepte sunt reanalizate critic şi sunt încurajate altele noi, mai capabile să explice misterele psihicul uman.

În cele ce urmează propunem un model trinitar al psihicului uman foarte simplu, dar care clarifică şi unifică conceptele psihologiei, filosofiei şi esoterismului:

CELE TREI INSTANŢE: MINTE, CONŞTIINŢĂ, SPIRIT

MINTEA este studiată de psihologie şi de neuroştiinţe. În general, savanţii au plecat de la ipoteza materialistă că mintea ar fi un produs al creierului („o secreţie cerebrală"). Pe această bază, s-au obţinut multe corelaţii între tipurile de gânduri-sentimente şi zonele din creier activate. Această ipoteză nu rezistă însă la evidenţele clinice în care mintea poate funcţiona relativ normal chiar dacă structurile cerebrale asociate au leziuni anatomice. S-a tras atunci concluzia că funcţiile minţii sunt distribuite în *toată* structura creierului, după nişte legi necunoscute deocamdată.

În ultimii ani, s-a acceptat ideea că mintea nu poate fi identificată cu creierul biochimic, ci cu energia electromagnetică a creierului (mintea nu ar fi substanţă, ci energie şi informaţie), ceea ce schimbă radical viziunea

ştiinţifică. S-ar părea că, mai degrabă, există o întrepătrundere şi influenţă reciprocă între minte (câmpul info-energetic) şi creier.

În ciuda eforturilor de investigare cu mijloace tot mai sofisticate, nu s-a putut totuşi trage absolut nici o concluzie cu privire la **CONŞTIINŢĂ** (ce este conştiinţa, unde este amplasată etc.). Din lipsa altor variante, psihologia şi ştiinţele creierului aproximează Conştiinţa ca fiind o *funcţie avansată a minţii*, fără a putea însă demonstra această ipoteză.

SPIRITUL este o entitate postulată de toate religiile şi mişcările spirituale ca fiind diferită de mintea omenească. Spiritul este acea parte a psihicului pe care doctrinele spirituale o consideră a fi temeiul psihicului, cel care supravieţuieşte morţii creierului. Prin urmare, spiritul poate trăi temporar în psihicul uman, ulterior morţii continuându-şi existenţa, independent, într-o altă dimensiune spirituală, fără limită de timp.

Existenţa autonomă a spiritelor după moartea corpului este atestată ştiinţific de experimentele spiritiste, iar în ultimii ani de fotografiile în care apar globuri luminoase ("orbs") – care reprezintă aurele spiritelor.

În general, doctrinele spirituale şi esoterice introduc Conştiinţa umană tot în cadrul Minţii - care este opusă Spiritului - dar ele nu intră în detalii. Pentru spiritualitate contează în primul rând să separe tendinţele naturale, omeneşti, de cele spirituale. Sunt astfel descrise perechile opuse Ego-Sine, Minte-Spirit, Om-Duh etc., punându-se accent pe latura morală.

Deoarece Conştiinţa poate examina detaşată conţinuturile Minţii (ceea ce este chiar o tehnică de autocontrol mental în unele practici spirituale), de aici deducem că cele două instanţe nu pot fi decât diferite între ele.

Prin urmare, în modelul trinitar propus de noi, CONŞTIINŢA este un element distinct şi intermediar între Minte şi Spirit. Modelul nostru împacă abordarea psihologică cu cea teologică. Susţinem că spiritualitatea are nevoie de aceeaşi bază teoretică ca şi ştiinţa psihologiei. CONŞTIINŢA este tocmai veriga lipsă dintr-un posibil model unic şi general al psihicului uman.

Conştiinţa a fost dintotdeauna dilema psihologiei şi nu va putea fi explicată niciodată de teoriile materialiste (ce invocă în prezent ipotezele de lucru ale neuroştiinţelor). Şi din punct de vedere religios, Conştiinţa ar fi totuna cu omul, cu slăbiciunile sale mentale şi comportamentale – ceea ce iarăşi nu este o perspectivă fertilă pentru avansul teoretic în ştiinţa psihicului.

O altă eroare comună a unor spiritualişti ar fi considerarea Minţii ca fiind identică cu Spiritul „adormit" (conştient doar la lumea fizică), Spirit care şi-a pierdut memoria cosmică divină şi se identifică exclusiv cu omul. Este adevărat că Spiritul are o inteligenţă proprie, comparabilă cu a Minţii. Dar Spiritul încarnat nu îşi pierde decât parţial amintirile vieţii sale eterne. Ieşirile nocturne ale Spiritului sunt ca o gură de oxigen care îi

reîmprospătează amintirile şi puterea de a se reîntoarce în cochilia umană. Ar fi o condamnare cumplită pentru el să nu poată părăsi creierul timp de 70-80 de ani, cât este durata medie de viaţă a omului. Mintea şi Conştiinţa habar nu au de aventurile Spiritului plecat în voiajul său astral.

Prin urmare - conform datelor ştiinţifice, esoterice şi cazuisticii transpersonale - modelul trinitar al psihicului este format din trei elemente: Mintea, Conştiinţa şi Spiritul.

Schema psihicului uman trinitar

DETALIEREA MODELULUI TRINITAR

Conform datelor spiritologice, Conştiinţa este o parte autonomă din „perispirit" (straturile de energie care înconjoară Spiritul). *Dacă Spiritul ar fi un foc, Conştiinţa ar fi o scânteie din el. Dacă Spiritul ar fi un foc, Dumnezeu ar fi Soarele din care provine.*

Prin urmare, Conştiinţa umană are aceleaşi calităţi ale Spiritului de a fi conştient, a avea voinţă proprie, a avea simţul identităţii. Conştiinţa este un fel de „mini-Spirit".

În momentul morţii, Conştiinţa se reuneşte cu Spiritul din care provine, părăsind definitiv corpul fizic şi refăcând unitatea de conştienţă, identitate şi gândire. În mod similar, la finalul unei evoluţii spirituale cu o durată imposibil de evaluat, Spiritul se uneşte cu Dumnezeu. Această unire se poate numi, dacă dorim, „Nirvana" şi semnifică dizolvarea voinţei şi identităţii proprii în acelea ale lui Dumnezeu, fără a-şi pierde însă conştienţa şi experienţa acumulată. *Focul continuă să ardă când este readus în Soare.*

Mintea este destinată să controleze şi să conducă corpul prin intermediul creierului, pentru a-l integra în realitatea fizică. În acelaşi timp, mintea este un receptacul şi emiţător al ideilor şi afectelor care plutesc în spaţiul subtil, în lumea astrală.

Deci, noi, oamenii, „suntem" Conştiinţa, care îşi proiectează raza sa de lumină ori asupra Minţii, ori asupra Spiritului. Prima direcţie se numeşte „ego" şi cea de-a doua, „Sine". Sinele este sursa moralităţii, credinţei în Dumnezeu, compasiunii şi altor calităţi nobile ale fiinţei umane. Vom avea un ego până la moarte. Nu îl putem anihila (cum pretind în mod exagerat unele căi spirituale), dar putem să-i reducem treptat influenţa autoritară asupra Conştiinţei. Pentru aceasta, trebuie să ne amplificăm legătura dintre Conştiinţă şi Spirit şi să ne purificăm Mintea de gândurile grosiere şi nocive. Aceasta este menirea universală a

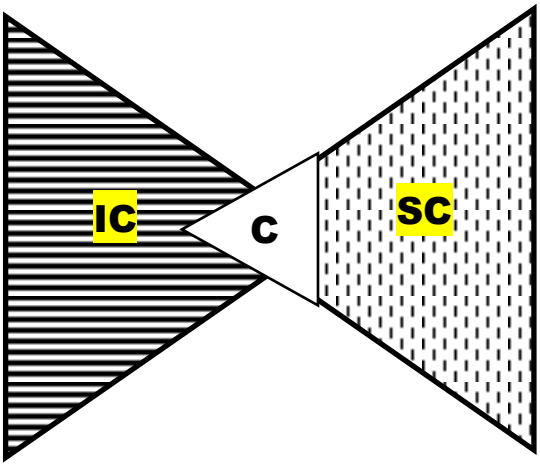
omului: să mărim controlul Spiritului asupra materiei, prin intermediul Conştiinţei.

Conştiinţa este punctul de echilibru dintre Mintea materială efemeră şi Spiritul imaterial etern, este sediul deciziilor şi al liberului arbitru (pe când Mintea este supusă influenţelor exterioare şi propriilor automatisme). Toate căile spirituale proclamă apropierea omului de Spiritul său, ceea ce are ca efect diminuarea egoismului. Cum tendinţa *naturală* a Conştiinţei este de a se lipi de Minte, tendinţa *spirituală* ar fi reorientarea atenţiei către sursa conştienţei: Spiritul uman.

Am descris mai devreme cum Conştiinţa este chiar o parte detaşată din Spirit. Dacă ar fi fost o parte din Minte (cum presupun în mod eronat unii savanţi), omul nu ar fi putut să se autoanalizeze (proces prin care Conştiinţa observă Mintea, până acolo încât poate vedea gândurile venind sau chiar să le oprească a intra în ea!) şi, mai mult, nu s-ar fi putut apropia de Spirit. Spiritul nu se poate lega direct de Minte, pentru că sunt alcătuite din „materii" prea diferite. Pentru aceasta au nevoie de intermedierea Conştiinţei – o structură de origine pur spirituală, dar special adaptată pentru a fi strâns şi permanent legată de Minte. *Conştiinţa ar putea fi considerată un fel de ambasador permanent al Spiritului în ţara Minţii.*

Într-o altă abordare, strict **psihologică**, triada Minte-Conştiinţă-Spirit poate fi altfel denumită Inconştient-Conştient-Supraconştient. *Inconştientul ar fi un fel de vulcan imprevizibil, iar Supraconştientul ar fi un fel de aisberg, al cărui vârf vizibil este Conştientul (păstrăm analogia făcută de Freud, dar adaptată la datele acestui model).* Conştientul este un minuscul punct de joncţiune şi echilibru între doi giganţi. Conştientul nu are forţa necesară să controleze în totalitate Inconştientul, ci o poate face doar prin apelul la contrapartea acestuia, Supraconştientul, de gabarit şi putere comparabile.

A nu se confunda Supraconştientul cu „Supraegoul" definit de Freud (care aparţine tot structurilor mentale)!



Modelul psihic trinitar: **I**n**C**onştient - **C**onştient - **S**upra**C**onştient

Mintea este în totalitate inconştientă, dar inteligentă (precum un computer performant). Conştientul are acces la unele informaţii sau procese mentale, care devin astfel *conştiente şi controlabile*. Dar ce rol are Supraconştientul?

ROLURILE SPIRITULUI

Visul este un *mister* pentru neuroştiinţe, dar, în modelul nostru trinitar, clarifică rolul fiecăreia din cele trei instanţe, devenind un *revelator* al psihicului. Pentru scopurile acestei lucrări didactice, nu vom considera drept „vis" stările hipnogogice (reverie, adormire, trezire), deşi au unele elemente comune.

Conform teoriei spiritologice, în timpul somnului, Spiritul pleacă din corp spre lumea din care provine, realitatea spirituală. În acest timp, Conştiinţa rămâne în creier, pentru a semnaliza eventuale pericole şi momentul când ar fi nevoie ca Spiritul să se întoarcă grabnic, pentru trezire.

În timpul somnului fără vise, Mintea se odihneşte, netransmiţând nici un semnal către Conştiinţă; omul este „inconştient".

În timpul visului, Mintea este la fel de activă ca în timpul stării de veghe, ceea ce intrigă lumea ştiinţifică. Totuşi, Mintea este ruptă de lumea exterioară, fiind repliată în sine, măcinând doar conţinuturile mentale proprii, care sunt prezentate Conştiinţei drept „vis"; omul nu este nici inconştient, nici conştient, ci „visează".

În lipsa Spiritului, Conştiinţa are limitări clare:

- Nu realizează faptul că visul nu este realitate (de fapt, Conştiinţa trăieşte foarte intens noua realitate virtuală, dar neintegrată în realitatea concretă);
- Nu are suficientă putere de voinţă pentru a dirija activitatea minţii (uneori stările emoţionale sunt mult mai intense decât în starea de veghe);
- Nu poate memora visul (dacă ar fi altfel, ne-am aminti la trezire toate visele, în detaliu);
- Nu are memoria identităţii sale umane complete, ci manifestă doar fărâme disparate de personalitate.

Din aceste limitări rezultă şi care sunt calităţile proprii Spiritului, rolul său esenţial în integrarea omului în mediul înconjurător fizic.

În lipsa Spiritului, tandemul Minte-Conştiinţă are o activitate vegetativă, în care percepţiile senzoriale sunt ocazionale, iar activitatea mentală nu este ordonată.

Când Spiritul revine în corp, omul „se trezeşte", aceasta însemnând că:

- Omul îşi aminteşte cine este, îi revine memoria sa ca persoană aflată în realitatea fizică;

- Mintea dobândeşte abilitatea de a memora rămăşiţele visului;
- Mintea îşi recapătă percepţiile externe, care fuseseră amorţite pe timpul somnului;
- Omului îi revine voinţa atotputernică şi toate facultăţile intelectuale.

Cât de liber este omul?

Odată cu întruparea într-un corp omenesc, Spiritul are capacitatea de a se divide, o mică parte din el devenind Conştiinţă umană, care capătă o *relativă autonomie*. Este *autonomă* (adică cu o identitate proprie), fiindcă aceasta este calitatea de bază a Spiritului divin, care este moştenită şi de Conştiinţă. Autonomia sa este *relativă* pentru că, aşa cum tocmai am arătat, nu poate funcţiona complet în lipsa Spiritului (când ea parcă se comportă ca un „zombi").

Putem deci să înţelegem diferenţa majoră care există între Conştiinţă şi Spirit, lucru care ar trebui să ne facă ceva mai smeriţi, mai ascultători faţă de dorinţele Spiritului nostru. Dacă, atunci când Spiritul este în corp, totul pare simplu şi uşor pentru Conştiinţă (*aşa cum copiii sunt obraznici cu străinii dacă se simt ocrotiţi de prezenţa părinţilor*), în schimb, în somn Conştiinţa este redusă la rolul de „*paznic de noapte*", neputincioasă faţă de activitatea haotică a Minţii.

Smerenia spirituală este un efect normal al înţelegerii acestei taine a psihicului uman. Chiar dacă omul ar avea parte de stări de conştienţă modificată (transă extatică), în care Conştiinţa sa este purtată în zone înalte, divine, accesibile doar Spiritului, omul nu trebuie să uite că, atâta timp cât mai respiră aerul acestei planete, el încă nu este complet desprins de materialitate şi de limitările inerente acesteia.

Lumina Spiritului face posibilă starea de veghe a omului.

În lipsa influenţei Spiritului, omul vegetează inconştient.

Şi tot Spiritul inspiră uneori visul.

Cum face Spiritul posibil visul?

Odată detaşat din închisoarea corporală, Spiritul îşi păstrează legătura info-energetică cu Conştiinţa (prin ceea ce în esoterism se numeşte „cordonul de argint"). Visul este un produs al Minţii. Uneori ea reacţionează la informaţiile şi energia trimisă ei de Spirit, în mod periodic (cam la un interval de 90 de minute, noaptea). Spuneam mai devreme că Mintea habar nu are de voiajele astrale ale Spiritului; iată că ceva-ceva tot află - mulţumită transmisiei energo-informaţionale -, deşi îi este foarte greu să o descifreze, făcând-o cel mult sub forma viselor simbolice sau fără noimă.

Cercetările au demonstrat că somnul fără vise odihneşte mai mult corpul (prin pasivitate totală şi realimentare cu energie eterică, ceva mai brută), pe când somnul cu vise este indispensabil pentru odihna psihică (probabil şi mulţumită energiei mai rafinate trimise chiar de către Spiritul aflat momentan în alte dimensiuni ale universului).

Conştiinţa este o parte din Spirit, dar cât de mare?

Există oameni care visează lucid, putându-şi dirija visul la voinţă şi amintindu-şi-l integral. În cazul lor, Conştiinţa conţine o mai mare cantitate din energia perispiritului, ceea ce îi permite anumite performanţe, chiar şi în lipsa Spiritului din corp.

În general, se poate afirma că aptitudinile extrasenzoriale native se întâlnesc la oamenii cu o Conştiinţă puternic energetică, cu alte cuvinte, care a împrumutat de la Spirit o mai mare cantitate de energie spirituală. Aceste abilităţi se pot obţine şi prin antrenament mental, dar rezultatele sunt greu de obţinut şi inferioare celor obţinute de subiecţii supradotaţi din naştere.

Spiritul este cel care decide câtă energie va investi, din propria rezervă, în Conştiinţa corporală, optimizată pentru misiunea sa în viaţa curentă. Riscul unei investiţii prea mari ar fi că Conştiinţa devine mai greu de controlat de către Spirit, ea căpătând mai multă „personalitate". Riscul unei investiţii prea mici ar fi lipsa puterii de voinţă a Conştiinţei, capacităţii sale de control asupra Minţii, rezultând un om cu o fire mai slabă.

Acest subiect, al procentului energetic cedat de Spirit pentru actuala încarnare, este relatat pe larg de către celebrul hipnoterapeut transpersonal dr. Michael Newton [1].

KARMA ESTE A SPIRITULUI, SUFERINŢA REVINE OMULUI

Spiritul mai joacă un rol important pentru om: transmite karma şi zestrea de experienţe din vieţile trăite de El anterior în alte trupuri. Acest lucru poate fi deseori jenant sau chiar dureros pentru omul actual, fiindcă destinul şi viaţa sa sunt obligatoriu corelate cu această karmă (pedepse, aspiraţii, sensibilităţi, talente, recompense).

Omul obişnuit nu are de unde cunoaşte istoricul Spiritului şi i se poate părea neverosimilă ideea de reîncarnare. De fapt, nu omul se reîncarnează, ci Spiritul său. Iar, dacă acceptăm acest concept, ne vom întreba, pe bună dreptate: *ce vină avem noi pentru accidentele şi greşelile altor oameni, care au trăit cu zeci sau sute de ani în urmă?* Privind lucrurile strict din punctul de vedere al omului neştiutor şi nevinovat, i s-ar putea răspunde înţelept că aceasta este un fel de plată pentru imensul serviciu pe care i-l face Spiritul: viaţa. Fără Spirit, omul nu poate exista. Nu are de ales.

Iar dacă omul nu este mulţumit de karma pe care i-o aduce Spiritul său, atunci el ar putea face următorul raţionament „umanist" (am folosit ghilimele pentru că, de fapt, legea karmei este cât se poate de inumană, automată şi, deseori, dură): *„Un om ca şi mine a trăit acum 100 de ani care, neţinând cont de dorinţele şi semnalele Spiritului, a „păcătuit" cu nesaţ. Din cauza lui, eu sufăr acum, pe nedrept. Dacă nici eu nu voi ţine cont de înţelepciunea Spiritul meu, cu siguranţă că, peste 100 de ani, un*

[1] http://www.spiritualregression.org/

alt om, în care va fi încarnat acelaşi Spirit, va continua lanţul acestor suferinţe şi se va lamenta ca şi mine acum, poate chiar mai rău." Prin urmare, moartea omului nu anulează pedeapsa, ci doar o amână.

Numai omul, prin faptele şi gândurile sale, poate să anihileze suferinţa, chiar dacă nu a generat-o el. Să nu greşeşti prea grav faţă de semeni nu este aşa greu. Cheia este să păstrezi calea de mijloc, moderaţia, pentru a te bucura de ofertele vieţii terestre, fără însă a-ţi periclita viitorul ca om sau ca Spirit. Buddha spunea cam aşa: «***Când nu răspunzi*** *(mental, afectiv)* ***unui rău, tot atâta rău moare în lume*** *(pentru că nu-l perpetuezi întâi prin reacţia ta interioară şi apoi exterioară).*» Aceasta nu înseamnă neapărat lipsa de reacţie exterioară, căci înţeleptul acţionează, chiar intens, dar obiectiv, cu o anumită detaşare lăuntrică de interesele personale, egoiste, orgolioase, influenţele viscerale etc.

Câtă suferinţă poate răbda un om?

Depinde de mulţi factori, dar cel mai important este măiestria Spiritului de a-i dirija gândurile, sentimentele, forţele fizice înspre victoria asupra tuturor vicisitudinilor. Acesta este poate rolul cel mai tainic şi definitoriu al Spiritului din perspectiva interesului uman. Influenţa Spiritului asupra Conştiinţei este nesesizabilă, aşa cum nu apreciem lumina zilei decât când ne cuprinde întunericul nopţii. Dar această influenţă ne oferă practic personalitatea de bază şi inspiraţia de a acţiona conform intereselor superioare (prin care toţi oamenii, şi alte vietăţi, să aibă de câştigat), conform legilor armoniei divine universale.

Nu numai karma individuală este de vină, ci şi răutatea oamenilor din jur (aceasta ar putea fi botezată uneori drept „karma colectivă"). Dar întotdeauna este implicat şi liberul-arbitru al fiinţelor umane, chiar foarte mult! După cum proclamă la unison înţelepţi tuturor epocilor, viaţa pe Pământ este plină de durere. Putem spera şi lucra pentru anihilarea suferinţei viitoare, aşa cum am spus, dar răbdând prezentul. Iar prezentul este într-o continuă prefacere, supus energiei modelatoare a Timpului. Nimic nu stă pe loc, totul se schimbă neîncetat. Omul modern, grăbit şi nemulţumit, trebuie să reînveţe a folosi energia omnipotentă a Timpului.

Durerea fizică ne avertizează faţă de agresiunile periculoase pentru integritatea şi funcţionalitatea *trupului*. Similar, durerea sufletească protejează *corpul spiritual* de degradare. Suferinţa are sens şi utilitate pentru Spirit, după cum scrie celebrul autor Eckhart Tolle: «Egoul spune: „N-ar trebui să sufăr", iar gândul vă provoacă şi mai multă suferinţă. Adevărul este că trebuie să acceptaţi suferinţa, tocmai pentru a o putea transcende. Suferinţa are un scop nobil: evoluţia conştiinţei şi arderea egoului. Omul de pe cruce reprezintă o imagine arhetipală. »

Şi, în final, o rugăciune inspirată: «Dă-mi, Doamne, **putere** să schimb ceea ce pot schimba, **răbdare** să suport ceea ce nu pot schimba, şi **înţelepciune** să deosebesc cele două situaţii! »

24 iunie 2009

DESPRE EGO-UL UMAN

Rolul fundamental al ego-ului (prevăzut de înţelepciunea naturii) este cel de a asigura integritatea fizică, funcţionalitatea şi autonomia individului uman. Acest rol se învaţă în primii ani ai copilăriei, când se dezvoltă şi se întăreşte ego-ul. Prin urmare aspectul pozitiv al său este legat de propriul corp , respectiv verbul „A FI". Această asociere eu-corp nu poate fi distrusă. Teama de moarte este universală.

> Există însă şi excepţii, cum ar fi binecunoscuta sinucidere comandată a lui Socrate, care a băut otrava fără nici o ezitare. O altă excepţie ar fi celebra sfântă a Indiei, Ananda Moyi Ma, care manifesta o atât de mare detaşare de corpul său fizic, încât trebuia să fie hrănită de discipolii săi, asemeni unui copil mic. Iar exemplele pot continua...

De-a lungul timpului imemorial, oamenii au extins însă inconştient rolurile ego-ului, depărtându-se de scopul divin al acestuia. S-a dezvoltat astfel „egoismul", în sensul său negativ, mai ales în conexiune cu verbul „A AVEA". Oricine ştie cât de nefast poate fi egoismul, mai ales atunci când ne lovim de el la alţii. Dar el are efecte negative chiar asupra propriei persoane. Deşi ego-ul avea rolul de a ne feri de suferinţe (prin auto-conservare), excesul de ego, paradoxal, ne face să suferim (mai ales sufleteşte), dar în forme despre care ego-ul - exacerbat şi „orb" - nu înţelege că i se datorează chiar lui.

Încă din antichitate, înţelepţii ne avertizează asupra acestei probleme alunecoase. Este „alunecoasă" pentru că natura ne-a înzestrat cu un ego, iar educaţia copilăriei ni l-a întărit, dar în calitatea noastră de fiinţe superioare, ar trebui să îi limităm influenţa. *Cum?* Mulţi maeştri şi învăţături oferă căi de conştientizare a acestuia, care astfel, în mod automat, îşi diminuează treptat forţa. Procesul nu este unul imediat, ci de durată. Avem nevoie de răbdare cu noi înşine, să ne descoperim slăbiciunile şi să nu ne identificăm cu ele.

> O pildă remarcabilă ne dă Maestrul Paramahansa Yogananda, arătând că maeştrii îşi ţin ego-ul sub controlul strict al Spiritului. Într-o zi, Maestrul intră într-o dugheană pentru a cumpăra obiecte necesare ashramului pe care îl conducea. Se târgui mult, până obţinu un preţ foarte bun. Apoi însă, văzând că aspectul general al magazinului trăda sărăcie, se înduioşă şi îi plăti vânzătorului mai mult decât ceruse acesta la început. Vânzătorul fu copleşit de bunătatea Maestrului şi recunoscu în el Mâna lui Dumnezeu.

Cine este „ego-ul" şi cine sunt „eu"? O abordare obişnuită a celor care îl studiază este considerarea ego-ului ca fiind o structură mentală parazitară, care provoacă nenumărate dificultăţi manifestării adevăratului Sine. Concluzia pripită ar fi aceea că ego-ul ar trebui distrus, pentru că este un parazit. O asemenea abordare cred că nu este eficientă

pentru foarte mulţi oameni. Nu e nevoie să ne încrâncenăm în lupta cu el, ci dimpotrivă. Ego-ul se va diminua dacă ne detaşăm conştient de el şi mobilurile sale, lăsându-i însă dreptul la existenţă.

În cele ce urmează, vă propun un model teoretic care explică structura psihicului uman, unde poate fi inclus conceptul de „ego" şi cum poate fi el depăşit practic.

MODELUL TRINITAR ŞI LOCUL EGO-ULUI

Modelul trinitar al psihicului atestă existenţa a trei instanţe inteligente, anume Mintea, Conştiinţa şi Spiritul. Conştiinţa este entitatea psihică cea mai simplă, cu trei componente: Eu, Voinţă, Atenţie. „Eu" este simţul identităţii proprii. „Voinţa" este puterea de control asupra obiectelor mentale (percepţii, afecte, idei). „Atenţia" este calitatea de a sesiza obiectele mentale. Voinţa şi Atenţia lucrează în tandem (de tip Yang-Yin), prima fiind aspectul emisiv, de control, iar a doua aspectul receptiv, senzitiv.

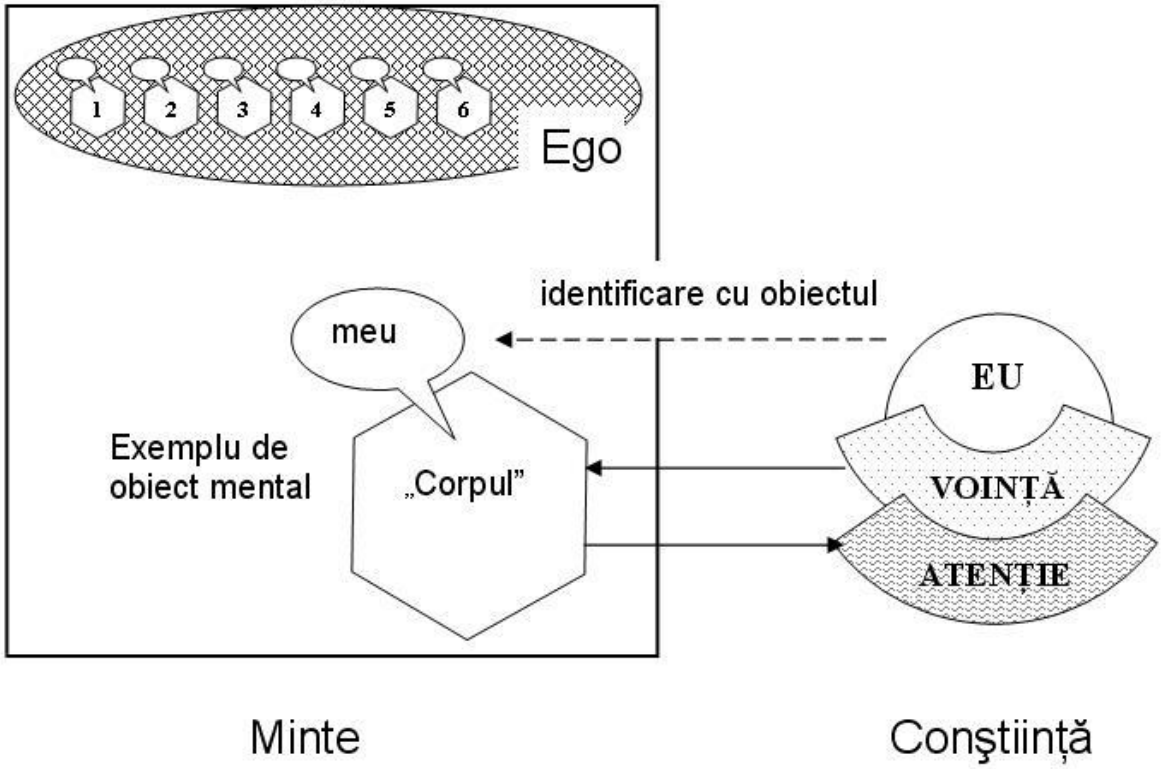
Eu-l este independent de celelalte două componente, ceea ce face posibilă atât apariţia ego-ului (I), cât şi transcenderea sa (II). Conform modelului trinitar, cele trei orientări principale ale conştiinţei umane sunt (vezi şi desenele de mai jos):

I – Orientarea **egotică** (obişnuită la 98,99% dintre oameni). Conştiinţa conferă obiectelor mentale eticheta de „Eu", iar ele se reunesc, prin aceste etichete similare, sub numele de „Ego".

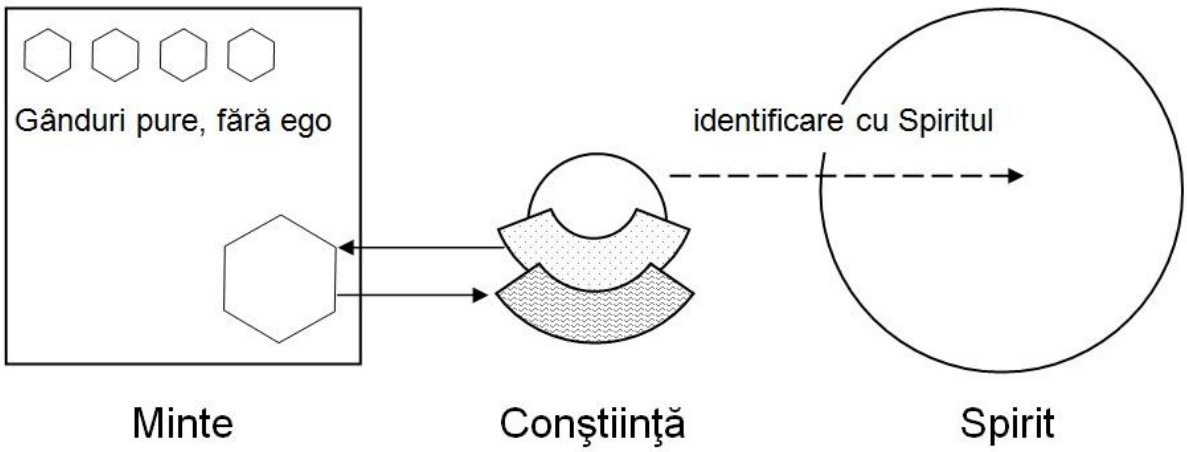
II – Orientarea **înţeleaptă**, detaşată de egoism (realizabilă de 1% dintre oameni). Starea de înţelepciune şi de non-ataşament. Conştiinţa este „martorul detaşat al obiectelor mentale".

III – Orientarea **mistică**, de absorbţie totală în realitatea divină (realizabilă de 0,01% dintre oameni). Transa extatică. Conştientizarea exclusivă a realităţilor spirituale, perceperea directă a prezenţelor „astrale".

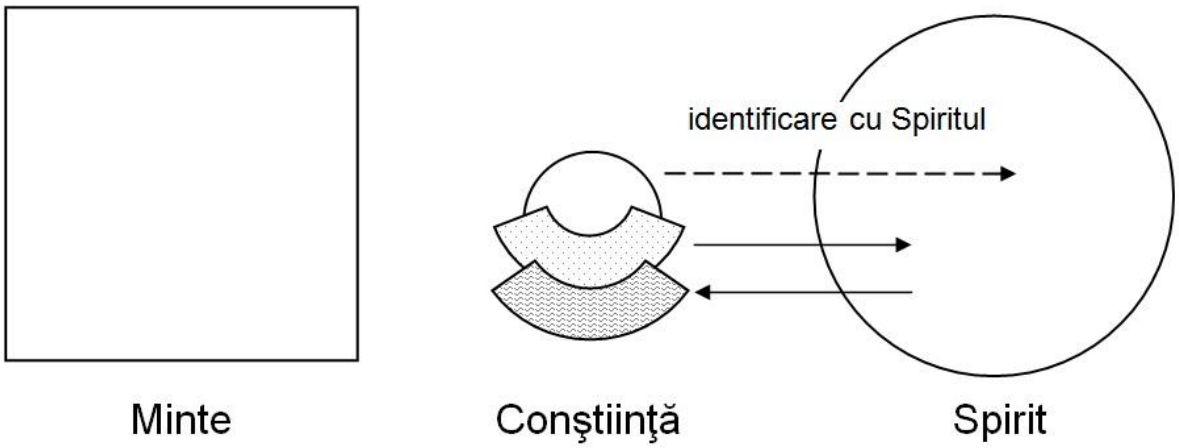
Procentele sunt estimative şi optimiste, având doar un rol de ilustrare şi de încurajare. Oamenii baleiază în timp de la o orientare la alta. Cu alte cuvinte, viaţa omului este o combinaţie din primele 2 (sau chiar toate 3) orientări de conştiinţă. Depinde de fiecare om cât timp din viaţă petrece în cele 3 stări.



I. Conştiinţa conferă obiectelor mentale eticheta de „Eu”, iar ele se reunesc, prin aceste etichete similare, sub numele de „Ego”.



II. Starea de înţelepciune şi de non-ataşament. Conştiinţa este „martorul detaşat al obiectelor mentale”



III. Transa mistică. Conştientizarea exclusivă a realităţilor spirituale

În orientarea I, gândurile primesc automat gândul (eticheta suplimentară) „eu". Gândurile sunt poleite cu un fals sentiment de sine. În deciziile pe care trebuie să le ia, Conştiinţa este cu certitudine subiectivă, fiind tulburată de învestirea obiectelor mentale cu o pseudo-identitate proprie.

În orientarea II, gândurile rămân „pure", fără a mai primi eticheta „eu". Ele sunt analizate cu maximă obiectivitate de către Conştiinţă, „la rece". Ego-ul se diminuează natural prin contagiunea noilor obiectelor mentale cu acest obicei înţelept, de non-etichetare, non-identificare.

Pe măsură ce Conştiinţa (mai exact, componenta sa „Eu") se desprinde de Minte, simultan ea este automat atrasă magnetic de Spirit. Ea îşi îndeplineşte perfect rolul de liant între Spirit şi Minte doar în starea II. Să nu uităm că Conştiinţa este ataşată Minţii, dar ea este alcătuită chiar din energia Spiritului (conform Modelului trinitar al psihicului). La majoritatea oamenilor, în cel mai fericit caz, se produce un permanent balans între cele două orientări. Unii înclină mai mult spre atracţiile materiale (I), alţii spre bucuriile spirituale (II).

În starea II omul este la fel de prezent în realitatea fizică precum înainte, este „cu picioarele pe pământ". Se schimbă doar orientarea Eului Conştiinţei. Precum floarea-soarelui este bine înfiptă în sol, dar nimeni nu o poate împiedica să se rotească zilnic după Soare, tot aşa elementul EU al Conştiinţei se poate orienta către lumina Spiritului, păstrând celelalte două componente (Voinţa şi Atenţia) în relaţie cu mediul şi realitatea zilnică.

Orientarea III necesită captarea unei mari energii mentale sau devoţionale pentru a fi atinsă. Este o stare specială şi temporară, inaccesibilă oricui. Detaşarea Eului Conştiinţei de obiectele mentale (orientarea II) merită însă a fi căutată şi atinsă de toţi cititorii.

> Amintim aici, în treacăt, că „stările modificate de conştiinţă" modifică fie locul, fie vibraţia Conştiinţei. Ea fiind un „mini-spirit", se poate diviza, o parte a ei însoţind Spiritul în călătorii astrale (proiecţia conştiinţei, samadhi), eventual o altă parte păstrându-şi

locul iniţial din creier (dedublarea conştiinţei). De cele mai multe ori însă, în stările modificate, Conştiinţa îşi schimbă doar vibraţia, păstrându-şi locul din creier, aşa putând rezona mai bine cu alte sfere sau comunica mai bine telepatic cu Spiritul sau cu alte entităţi astrale.

Cât de mare este ego-ul în interiorul Minţii? Fiind o acumulare de gânduri-afecte cu eticheta „eu", el este impresionant de mare. Gândurile care primesc aceeaşi etichetă „eu" se grupează într-o structură mentală cu o pseudo-personalitate. Aşa ia fiinţă ego-ul, o falsă fiinţă ce capătă autonomie şi dictează deseori deciziile pe care ar trebuie să le ia doar Conştiinţa. Ego-ul se întăreşte cu fiecare nouă etichetare. Şi, dacă nu conştientizăm acest mecanism automat, vom perpetua acest obicei mental toată viaţa. Odată însă ce înţelegem mecanismul şi facem un minim efort de a nu îl mai „hrăni", vom constata că el slăbeşte accelerat. Oricât de „gras", dens, ar fi fost ego-ul, simpla conştientizare a prezenţei sale îi va reduce influenţa asupra Conştiinţei noastre. Simplu şi eficient! Încercaţi!

TEHNICA PSIHOLOGICĂ „FĂRĂ EU!"

De obicei, etichetăm cu „eu/meu/mine/mie" orice gând-afect-percepţie plăcut sau neplăcut. Cam toate adică. Doar cele la care suntem indiferenţi mai pot scăpa de această etichetare. Aşa cum au descoperit yoghinii antici, ceea ce stă în calea detaşării spirituale este „ataşamentul şi repulsia". Nu vorbim de calităţile obiective (frumos-urât, bun-rău etc.), sesizabile de oricine, ci de <u>reacţia noastră subiectivă</u> la ele. *Când vorbim de Minte, întotdeauna emoţiile există în perechi duale, care se pot schimba între ele (iubirea devine ură, speranţa devine deziluzie etc.).*

Putem verifica practic. Priviţi ceva frumos, un obiect sau o fiinţă! Simţiţi dorinţa de a poseda acel lucru frumos? Dacă da, înseamnă că i-aţi alăturat inconştient eticheta mentală „eu". Acum încercaţi, tot mental, dar conştient, să înlăturaţi gândul „eu/meu/mine/mie" ataşat! Spuneţi-vă: „(chestia asta) *nu e pentru mine*!". Ei bine, imediat va dispare pofta de a poseda sau folosi personal acel lucru frumos. Pur şi simplu îl contemplăm detaşaţi, conştienţi de calităţile sale intrinseci, dar separându-le de dorinţele noastre. Ne putem chiar bucura anticipativ de bucuria altui om care, la rândul lui, va fi încântat de acel lucru frumos. De fiecare dată când privim pătimaş ceva atractiv, să fim siguri că pofta este cauzată de eticheta „eu/pentru mine". În concluzie, putem sesiza obiectiv şi detaşat ceva ca fiind plăcut sau neplăcut (raportat la ego), fără însă a îl lega de fiinţa noastră profundă (Sinele).

Unii oameni reacţionează iritaţi dacă sunt îndrumaţi să se cunoască pe sine mai bine, cum să-şi analizeze trăirile, pornirile, comportamentul,

sau, mai ales, li se arată cum sunt manipulaţi de forţe inconştiente. De ce? Explicaţia universală este că, la ei, ego-ul este foarte puternic, are controlul asupra fiinţei. El nu acceptă să fie demascat şi detronat. Simte instinctiv pericolul şi astfel se îndepărtează de preocupările psihologice. Ei nu sunt neapărat oameni răi, ci se tem a fi ceva mai conştienţi. Nu trebuie insistat, ca să nu li se accentueze alergia. Îi va trezi viaţa, prin lecţiile ei dure. De fapt, culmea, unii dintre aceştia văd foarte bine defectele altora, dar sunt „orbi" când vine vorba de ei înşişi.

Adevărul doare, este pentru curajoşi, nu pentru cei ameţiţi de cloroform sentimental. Nimeni nu e perfect, nici măcar cei foarte buni. Singura şansă de a depăşi imperfecţiunea ego-ului vine din partea Spiritului. El poate îndrepta greşelile sau neputinţa „micului eu" de a vedea imaginea de ansamblu, în care el e doar o fărâmă. Omul se poate schimba. Fie în bine, cu ceva mai mult efort conştient. Fie în rău, inconştient.

Ce motive ne-ar putea împinge la o asemenea autoanaliză de finețe, care unora le poate părea aridă şi dificilă, necesitând învingerea unei obişnuinţe universale?

Un motiv suficient de bun ar putea fi credinţa religioasă. În toate religiile suntem îndemnaţi să ne depăşim motivaţiile personale, impulsurile instinctive. De mare ajutor ne pot fi aceste afirmaţii simple: *«Conştiinţa ta nu este Mintea ta. Mintea este doar instrumentul orb al Conştiinţei tale. Nu te identifica cu ele, nu mai lipi de gânduri şi afecte eticheta „eu/meu/mine/mie"!»* Dacă reuşim aceasta, vom deveni virtuoşi, pe nebăgate de seamă.

Îndeplinirea Poruncii Întâi a lui Isus Cristos - iubirea de Dumnezeu - nu se poate realiza decât în orientarea II şi cel mai plenar în orientarea III a conştiinţei. În orientarea I, comună, chiar şi Porunca a Doua – iubirea de semeni - este realizabilă doar parţial (de multe ori, oameni se comportă altruist pentru că aceasta le este tot în propriul folos egotic, prin efectele indirecte).

Ascultând aceste învăţături, unii oameni se tem că însăşi bucuria vieţii li s-ar stinge dacă îşi vor diminua propriul ego.

Desigur că tocmai egoul din ei le dă această idee falsă! Din fericire, avem numeroase exemple, trecute şi prezente, care ne demonstrează cât de minunat este să scăpăm de influenţa lui compulsivă. Doi dintre maeştrii contemporani cu noi sunt Anthony de Mello şi Eckhart Tolle, care au scris inspirat pe acest subiect. Să ne amintim şi de marele maestru din secolul XX, Ramana Maharishi.

> Depăşirea ego-ului este o metodă spirituală care se adresează tuturor oamenilor maturi. Însă pentru a avea perseverenţa de a o urma este nevoie de o minimă introducere în forma şi scopul căilor spirituale. Lecturile individuale spirituale sunt obligatorii.

Iată o pildă veche plină de tâlc, citată de Eckhart Tolle în cartea sa „Un pământ nou”.

> «Cu trecutul în spinare
> Doi călugări zen, Tanzan şi Ekido, mergeau pe un drum de ţară ce se umpluse de noroi în urma ploilor. În apropierea unui sat au trecut pe lângă o tânără care încerca să treacă de cealaltă parte a drumului, dar noroiul era atât de adânc încât şi-ar fi murdărit complet chimonoul din mătase pe care-l purta. Tanzan a ridicat-o îndată în braţe şi a trecut-o de cealaltă parte. Călugării şi-au continuat drumul în tăcere. Cinci ore mai târziu, pe când se apropiau de templul în care locuiau, Ekido nu s-a mai putut abţine. „De ce ai luat-o pe fata aceea în braţe?”, a întrebat el. „Noi, călugării, nu trebuie să facem aşa ceva.” „Am lăsat fata din braţe acum câteva ore”, a răspuns Tanzan. „Tu încă o mai porţi?”»

Deşi Tanzan acţionează împotriva cutumelor, el nu implică gândul „eu”, pe când Ekido păstrează gândul „eu” chiar şi când acţionează conform prescripţiilor religioase formale...

Căutarea înţelepciunii poate fi un **alt bun motiv**. Dacă ne referim la un sfat înţelept, acela trebuie să fie inteligent şi de bun-simţ. Dar dacă ne referim la persoana care manifestă înţelepciune în propria viaţă (îmbinând raţiunea cu intuiţia), atunci cel mai uşor ar fi să vorbim despre înţelept ca *cel ce îşi învinge impulsurile egotice*. Prin urmare, cel care caută înţelepciunea ar fi bine să adopte această metodă pur mentală, extrem de simplă şi accesibilă oricui:

> De fiecare dată când apare un gând sau o emoţie, elimină imediat gândul suplimentar ataşat de aceasta, gândul „eu”. Reţeta foarte simplă ar fi aplicarea instantanee a gândului contrar „Fără eu!”. Deci, vine gândul (cu sau fără emoţie), îl receptezi, elimini eticheta „eu” şi continui să gândeşti LIBER!

Eliminarea gândului „eu” devenind obişnuinţă, ego-ul îşi va pierde din putere, iar noi ne vom simţi mai „uşori”. Ce câştig ar veni de aici? Orice dar oferit Conştiinţei de puterea Spiritului: Libertatea; Adevărul; Înţelepciunea; Seninătatea; Puritatea gândului şi faptei; Apropierea de Dumnezeu; Fericirea. Nu există limite...

Unii încă mai confundă egoul cu personalitatea. Diminuarea lui ar putea fi înţeleasă de ei ca o pierdere a calităţilor personale.

Nimic mai fals. Ce este personalitatea? Fiinţa psihică în sine şi în relaţie cu lumea. După cum am spus, psihicul uman conţine cele trei componente esenţiale: Mintea, Conştiinţa, Spiritul. Prin urmare, oricum am defini personalitatea, ea suportă influenţe de la toate cele trei amintite. Contribuţia ego-ului la alcătuirea personalităţii este la fel de mare precum contribuţia viermelui la gustul mărului.

Psihologul Abraham Maslow a studiat mai mulţi oameni de mare valoare, identificaţi de el ca fiind împliniţi din mai multe puncte de vedere. Maslow a denumit această stare plenară „auto-actualizare”. Ea se află în vârful piramidei nevoilor umane (alături de auto-conservare,

securitate, relaţii afective şi sociale). Ei bine, dacă ar fi să refacem analiza sa, am constata că toţi aceşti oameni speciali împărtăşesc aceeaşi calitate: şi-au diminuat foarte mult ego-ul. Realitatea umană confirmă ceea ce spuneam mai devreme: este posibil şi este minunat să scăpăm de influenţa acestuia!

Nu ego-ul ne dă personalitatea, ci el ne rigidizează comportamentul, ne face slabi în faţa atacurilor, ne atrage spre patologia psihică. O personalitate puternică nu înseamnă reacţii previzibile, rigide, ci dimpotrivă, flexibilitate, adaptare, păstrând un caracter moral puternic şi o scară a valorilor clară. De exemplu, orgoliul (punctul forte al „micului eu") nu este o calitate din punct de vedere spiritual.

Detaşarea de ego este similară cu tunderea părului. Părul este al vostru, dar acum este separat, căzut pe jos şi absolut inutil. Oricât de drag v-ar fi, oricât l-aţi simţi ca pe o parte a voastră, trebuie să-l aruncaţi la gunoi. Aşa este şi cu ego-ul. Nu pierdeţi nimic detaşându-vă de el!

Tehnica „Fără eu!" nu-şi propune să vă schimbe personalitatea, nici să vă dea capacităţi extrasenzoriale. În schimb, ea vă poate modifica, în bine, reacţiile uzuale. Are deci şi un rol psihoterapeutic.

> De exemplu, când ceva sau cineva vă împiedică să acţionaţi conform dorinţei, obiceiurilor sau planurilor dumneavoastră, inevitabil vă iritaţi în forul interior. Acum e momentul să aplicaţi tehnica, iar enervarea vă va trece instantaneu. Magie! Pur şi simplu, aplicând gândul „Fără eu!".

S-ar putea obiecta că ne introducem singuri o obsesie (prin tehnica mentală), de care nu mai putem apoi scăpa, iar rezultatele pot fi tulburări psihice (!).

Nicidecum de aşa ceva. Tehnica este aplicată conştient, deci dacă dorim să nu o mai aplicăm, vom proceda invers, la fel de conştient. Nu avem de ce ne teme. În schimb, omul obişnuit are nenumărate obsesii inconştiente, de care nu poate scăpa şi care îi dictează gândurile, emoţiile şi comportamentul. Din cele două, care este starea preferabilă? Cea conştientă salvatoare sau cea inconştientă închistatoare?

Apoi, este adevărat că tehnica are efecte maxime când este pe deplin interiorizată, când acţionează automat. Dar acest stimul subconştient nu este periculos pentru psihic. Dimpotrivă, are un efect de eliberare, terapeutic. Şi mai ales este reversibil, dacă ne dorim aceasta. *Cum?* Prin relaxarea autocontrolului, prin identificarea cu modul de gândire tipic celorlalţi. Totuşi, orice cale spirituală autentică îşi propune realizarea unor transformări durabile în discipol. Deci nu ar fi deloc logic să ne dorim revenirea la vechea carapace egotică...

Secretul este să apelăm la tehnică doar în momentele când poftele sau iritarea noastră ne displac şi vrem să le eliminăm din psihic. Atunci şi doar atunci. Prin urmare, nu este o obsesie, ci un scut psihic, utilizat de noi la dorinţă, pentru a ne feri de stările inferioare de conştiinţă.

Astfel, dacă cineva ne face o observaţie neplăcută, fie că are sau nu are dreptate, noi vom fi câştigaţi, fiindcă va fi un bun prilej de a ne exersa tehnica şi a ieşi biruitori împotriva ego-ului. Tot aşa, dacă suntem ispitiţi cu o nouă ocazie de a ceda vreunei patimi, va fi de asemenea un motiv de a câştiga o altă bătălie cu acesta.

Un alt exemplu: apar primele semne de plictiseală. Imediat să conştientizăm că Mintea-egoul se plictiseşte, nu eu-Conştiinţa. «*Eu-Conştiinţa sunt fericit(ă) oricând, nu am nevoie de nimic din exterior pentru a mă simţi împlinit(ă)!*»

Astfel, tot ce înainte era dureros pentru noi, fiindcă ne indica limitările şi slăbiciunile noastre, va deveni un prilej de bucurie tăcută. Cel mai puternic om din lume este cel care se învinge pe sine. Tehnica „Fără eu!" este o adevărată sursă de putere lăuntrică. Succes!

1 august 2009

MISTICĂ SAU HALUCINAŢII?

Motto: **„Dacă se va găsi o singură persoană normală, eu o voi vindeca!”**

Psihanalistul Carl Gustav Jung, spre sfârşitul vieţii sale
- citat de Jacques Brosse -

După criteriile doctorilor, în prezent, foarte mulţi oameni suferă de tulburări psihice, mult mai mulţi decât cei luaţi în evidenţa cabinetelor medicale. De vină ar fi, în principal, stresul adus de societatea dură capitalist-consumistă, dar şi degenerarea speciei.

După criteriile misticilor dintotdeauna, aproape toată populaţia are tulburări de percepţie a realităţii, cu alte cuvinte mintea oamenilor este foarte limitată la concretul cotidian. Mai clar, misticii afirmă că adevărata cunoaştere nu este intelectuală, ci este efectul experienţei mistice. Ei o descriu prin diverse concepte cum ar fi: iluminarea conştiinţei, absorbţia ego-ului în realitatea ultimă, neidentificarea cu lumea, uniunea cu Dumnezeu, beatitudinea Sinelui, cunoaşterea că totul este o unitate etc. Ca urmare, misticii sunt, în general, catalogaţi şi ei drept „nebuni”, deşi au o perspectivă foarte elevată şi perfect coerentă asupra vieţii, inspirată de Divinitate.

Circulă informaţii că unele persoane s-au ţicnit urmând diverse tehnici şi învăţături „esoterice”. Totuşi, nu trebuie să generalizăm, căci fiecare caz este unic. Oricum, se pot trage nişte concluzii de bun-simţ:

- În astfel de cazuri nefericite, există o vulnerabilitate nativă sau o sensibilizare psihică provocată de impunerea unei alimentaţii sărace sau unilaterale, ori altor asceze nepotrivite.

- Apoi, poate fi vorba de adoptarea unor învăţături nefireşti, în care semnul distinctiv al „iniţiatului” ar fi să aibă o gândire anormală şi un comportament aberant. De la „a face pe nebunul” până la „a-ţi pierde minţile” nu e o distanţă aşa de mare.

- Cel mai important este că unele tehnici meditative sunt greşit înţelese sau prost concepute din start. Unii tineri doresc să aibă experienţe supranaturale, ieşite din comun, pe care le numesc „transă”. Aşa ajung nerăbdătorii să consume droguri (alcool, etnobotanice, prafuri ilegale etc.) sau, mai nou, aşa-zisele „droguri electronice” (ascultarea la căşti sau în localuri a unor sunete special create pentru a dezechilibra creierul). În acelaşi scop, apelează şi la metodele meditative orientale. Ei îşi doresc cu ardoare să evadeze din realitate şi să aibă senzaţii tari, iar mintea lor le slujeşte dorinţele, furnizându-le halucinaţiile atât de mult visate. (N.B. Folosirea de plante sacre, precum ayahuasca – numai sub

controlul specialiştilor şamani -, *se pare* că nu este periculoasă şi nu dă dependenţă sau efecte secundare pe termen lung.)

În zilelor noastre, au răsărit mulţi „profeţi" şi „mântuitori" având anumite dezechilibre psihice, pe care le declară mândri ca fiind calităţi superioare. Desigur, oricine se poate informa astăzi despre teoriile fizicii cuantice, teoriile conspiraţiei, teoriile despre „ascensiunea" Pământului, teoriile parapsihologice şi multe altele. Oricine le poate învăţa pe de rost şi apoi a poza în mare înţelept în faţa celor mai puţin informaţi. În plus, percepţiile extrasenzoriale prezente în unele tulburări mentale le pot da posesorilor lor o aură mistică, mai ales când le afişează cu o mare siguranţă de sine. Dar spre deosebire de autenticii clarvăzători, impostorii fie nu îşi pot folosi „ciudăţeniile" în slujba semenilor, fie ceea ce „văd" este cu totul pe lângă subiect şi atunci inventează, disimulează, fabulează. Acesta nu e misticism, ci mistificare!

Misticismul îi atrage irezistibil pe bolnavii psihic, sperând poate într-un miracol sau să afle că boala lor e semn de normalitate. Totuşi, toate căile mistice organizate îi resping de la început pe cei grav bolnavi psihic, pentru că ei nu vor beneficia de metodele predate, ci poate dimpotrivă, iar ulterior vor denigra şcoala mistică respectivă.

Plecând de la aceste exemple, dacă *transa* s-ar defini ca un dezechilibru *temporar*, *boala psihică* ar fi o dezechilibrare *permanentă* a funcţionării creierului. Cu alte cuvinte, maladia ar fi o „transă", din care pacienţii nu mai pot ieşi.

Dar oare misticii nu au şi ei aceleaşi disfuncţii cerebrale? Psihologia transpersonală face paşi mărunţi, dar siguri pentru explorarea stărilor de conştiinţă modificată, apelând la tehnică sofisticată şi meditatori autentici, garantaţi. Totuşi, până la obţinerea unor concluzii ştiinţifice clare despre ce este patologia psihică şi ce este mistica sănătoasă, va mai trece timp. Ce putem spune deocamdată este că:

1 – STĂRILE MODIFICATE DE CONŞTIINŢĂ NU SUNT PATOLOGICE

„Bolnavul" se caracterizează prin aceea că el nu îşi poate controla stările de transă. Starea vine când vrea ea, iar bolnavul nu are puterea să o împiedice să apară. De obicei, acesta este şi motivul pentru care ajung la medic. În principiu, stările modificate de conştiinţă nu sunt patologice. Dar atunci când intrarea într-o realitate psihică paralelă se face fără acceptul omului, deja ieşim din misticism.

Trebuie să ţinem seama că nu orice experienţă paranormală merită numele de „mistică", ci doar cele foarte înalte, apropiate de Divinitate. Dar cum aceste stări sunt subiective şi, din afară, nu ne putem pronunţa asupra calităţii lor, luăm în calcul alte criterii, cum ar fi cât de bun, moral, coerent este individul în afara stărilor de transă.

De obicei, calea mistică foloseşte metode spirituale, o ştiinţă sacră, practici individuale de iluminare a conştiinţei şi uniune cu Dumnezeu. Astfel de învăţături sunt astăzi răspândite la liber şi folosite de oameni de pretutindeni. Experimentarea lor pe scară largă dovedeşte că, până la realizarea finală mult visată, există etape intermediare de contact cu lumile paralele, aşa-numitele experienţe paranormale. Practic, „paranormalul" este un nume modern al unei părţi din domeniul mistic. Îi puteţi spune şi „psihonautică", dacă vă sună mai savant! Sunt de-a dreptul ridicoli şi încă tributari ideologiei leniniste cei care se ruşinează la auzul cuvântului „misticism"!

Uneori, şi misticul dedicat poate cunoaşte stări neplăcute, dar inconvenientele dispar de la sine, cu timpul. Depinde şi de mediul social în care trăieşte un astfel de om. În societăţile primitive, apropiate de natură, misticismul nu e considerat boală. Dimpotrivă, în societatea modernă, materialistă şi pragmatică, un om care vorbeşte despre paranormal este rapid catalogat ca „dus cu capul". Misticismul este tolerat de religiile doctrinare doar în interiorul curentelor esoterice, iniţiatice (cabala în iudaism, sufismul în islam, şivaismul vedantic sau kaşmirian în hinduism, isihasmul ortodox şi diverse ordine catolice în creştinism etc.). Mai sunt şi alte căi mistice precum budismul (zen, tibetan), şamanismul, taoismul etc.

Se cunosc diverse stări modificate de conştiinţă, foarte diferite între ele. Este clar că o stare de genul coşmarului nu e de dorit, pe când o stare de fericire este preferabilă. Patologia psihică însă nu este definită neapărat de tipul plăcut sau neplăcut al experienţelor. Sataniştii nu pot fi scuzaţi că ar fi bolnavi, fiindcă mulţi dintre ei sunt perfect conştienţi de ceea ce fac şi de stările mizerabile pe care le trăiesc cu nesaţ.

Ca să diferenţiem stările de transă la modul cel mai simplu, putem spune că ceea ce numim peiorativ drept „halucinaţie" #1 nu oferă un fir logic al percepţiilor, e precum un vis absurd în stare de veghe, #2 instigă pacientul la acţiuni periculoase sau de tip repetitiv, fără utilitate, #3 pacientul se exteriorizează ciudat, spre spaima şi îngrijorarea celor din jur.

În schimb, în „transa mistică" #1 percepţiile extrasenzoriale oferă revelaţii cu utilitate ulterioară - sufletească, spirituală, intelectuală, #2 omul are un comportament normal, #3 manifestările sale de transă nu sunt periculoase pentru nimeni, iar de multe ori misticul nu se exteriorizează deloc.

Iată o scurtă listă cu câteva stări modificate de conştiinţă, în care undele cerebrale prezintă tipare diferite de cele din stare de veghe şi distincte între ele:

- Somnul, privarea de somn, paralizia în faza REM a somnului.
- Starea hipnagogică şi hipnopompică (dintre somn şi veghe).
- Visul cu ochii deschişi, fantezia în stare de trezie.
- Hipnoza.

- Coma, leşinul.
- Stările negative precum anxietatea (a trăi sub ameninţare), depersonalizarea (a trăi ca într-un vis), panica, isteria (excesul emoţional) etc.
- Extazul (stare euforică, însoţită de ruperea completă de lume).
- Percepţiile extrasenzoriale.
- Experienţa de ieşire din corp (sau *out of body experience* - OBE, extracorporalizare, proiecţie astrală, autoscopie).

2 – DIAGNOSTIC ŞI TRATAMENT

Diferiţi psihiatri dau diagnostice diferite, în funcţie de intuiţie, pregătire şi experienţa medicală. Numele tulburării mintale este important, fiindcă dă schema de tratament. În plus, persoanele diagnosticate cu o tulburare mentală spun adesea că „*este o consolare să aibă un nume pentru suferinţa lor*".

Se ştie foarte bine că multe medicamente psihotrope au produs afecţiuni grave atât pe fond neurologic, cât şi psihiatric. Potenţialul distructiv al unora dintre aceste substanţe este atât de mare, încât dacă o persoană sănătoasă ar fi obligată să le îngurgiteze, ea ar începe să manifeste tulburări acute. Se spune că doctoriile moderne sunt foarte eficiente şi cu mai puţine efecte secundare. Dar aşa s-a spus întotdeauna! De fapt, toate tratamentele sunt empirice, experimentate pe milioane de suferinzi. Să sperăm că, pe viitor, medicina psihiatrică va folosi metode mai exacte pentru a aborda teritoriul atât de fin şi sensibil al activităţii cerebrale!

Din păcate, nici psihoterapiile nu pot face minuni. Psihologii tratează *mintea*, dar dacă aceasta nu răspunde la sugestiile terapeutului, pacientul este îndrumat către psihiatru, care va acţiona asupra *creierului*, cum am menţionat mai sus. Majoritatea afecţiunilor provin din minte, chiar dacă se oglindesc şi în activitatea creierului. Tocmai de aceea, realitatea a dovedit că tratarea creierului cu substanţe care le suplinesc pe cele lipsă nu este suficientă întotdeauna.

Adevărul este că încă nu înţelegem cum funcţionează mintea şi creierul. Chiar şi cunoscutele tehnici **EEG** (electroencefalograma) sau **RMN** (mai nou, **fRMN** – rezonanţa magnetică nucleară funcţională) oferă doar o privire de suprafaţă a psihismului, mecanismele interne rămânând absconse. Mulţi specialişti încă mai confundă creierul cu mintea, la fel cum unii cred că emisiunile de televiziune vin din televizor. Ar trebui să ne dăm seama cu toţii că un creier normal nu ar putea funcţiona dacă nu ar avea o instanţă superioară care să îi coordoneze complexitatea! Dacă acolo se află sursa sănătăţii, tot acolo trebuie să fie şi cauza majorităţii defecţiunilor mintale.

De aceea, pentru a găsi cele mai bune metode de recuperare a semenilor cu probleme mentale, omenirea are nevoie de o colaborare serioasă între oamenii de ştiinţă şi medici - pe de o parte -, şi mistici, mediumi, extrasenzoriali, parapsihologi - pe de altă parte. Cei din urmă ar putea să ofere soluţii neaşteptate şi eficiente la dileme medicale insolubile astăzi. Oricât ar părea de raţională această coabitare, ea trebuie să spargă însă un zid gros de prejudecăţi ideologice materialiste. Din fericire, o abordare inovativă a patologiei psihiatrice, de factură spiritist-mediumnică, a fost deja iniţiată în lumea medicală şi şi-a dovedit valoarea în Brazilia, o ţară deschisă şi tolerantă cu tradiţiile mistice.

Tradiţia religioasă creştină are propria sa metodă de tratament: exorcismul. Boala ar fi cauzată de draci, care trebuie scoşi din trupul bietului om. Uneori exorcizarea diminuează, alteori agravează simptomele. Mai trebuie consolidat şi terenul psihic slab care a permis slăbirea voinţei personale sau a canalului telepatic. Iar aici pot fi de folos metodele mediumnice, yoghine, de optimizare psihică, ca şi experienţa misticilor şi a Bisericii.

Medicina nu este de acord cu metodele de exorcizare. Ea consideră că este vorba de o nevroză isterică, în care bolnavul este foarte sugestionabil şi influenţabil. Prin urmare, părerile rudelor şi preoţilor devin sursa unei fantasme, iar „demonul" nu este decât o personalitate secundară creată de subconştient, la sugestia anturajului. Se aduc în sprijinul acestei ipoteze faptul că s-au certificat induceri, prin sugestie, de tulburări disociative atipice în situaţii de îndoctrinare fanatică, aderare la secte, detenţie, spălarea creierului etc.

Totuşi, Biserica are metode să discearnă între posesiune, crize de epilepsie sau isterie. Astfel, dacă bolnavii resping vehement obiectele de cult religios, dacă vorbesc în limbi necunoscute, îşi schimbă vocea, dacă manifestă telekinezie, levitaţie, anticipează evenimente viitoare, manifestă o forţă fizică ce depăşeşte cu mult vârstă şi înzestrările naturale ale individului, doar atunci Biserica consideră toate acestea drept manifestări ale diavolului.

Perspectivele mistică şi materialistă sunt contrare şi ireductibile. Mai există şi o a treia variantă. Acceptăm că spiritele inferioare maliţioase există, dar ele nu pot penetra decât un sistem psihic slăbit. Pe un teren vulnerabil, ca în cazul subiecţilor isterici, sugestia demonizării deschide porţile interferenţei cu spiritele inferioare (conform dictonului „*de ce ţi-e frică nu scapi*"). Invers, într-o cultură care nu ar şti nimic despre demoni, aceştia nu ar putea domina mentalul nimănui. Dar şi această afirmaţie este doar parţial valabilă, căci şi ateii se îmbolnăvesc psihic, nu-i aşa?

În societăţile primitive, din care forţele supranaturale fac parte integrantă, incidenţa bolilor psihice este redusă. Aceasta înseamnă că societatea modernă vulnerabilizează şi, mai ales, agravează tulburările

psihice, odată ce ele au apărut – deci acestea ar fi mai ales nişte sociopatii. Se estimează că circa o treime din populaţie suferă de dereglări pe fond psihic, iar circa o zecime de boli mai grave. Să fie acesta semnul indubitabil al necesităţii schimbării acestui tip de civilizaţie? Probabil că da...

3 – PSIHOPATOLOGIE şi PARAPSIHOLOGIE

Iată, mai jos, câteva noţiuni medicale şi parapsihologice, într-o prezentare combinată:

⭐ NEVROZELE sunt afecţiuni psihice care #1 nu alterează personalitatea bolnavului şi care #2 sunt resimţite ca fenomene nedorite, inacceptabile, străine individului. Iată câteva exemple: fobiile, obsesiile, depresiile, neurastenia (oboseala cronică), ipohondria (teama de o boală închipuită), anxietatea (teama fără obiect), atacul de panică (angoasa).

- Cauza fobiei este o spaimă, o grijă intensă trăită la un moment dat şi păstrată în subconştient, izbucnind în momentul revenirii stimulului care a creat-o (este un comportament condiţionat).

În limbaj hermetic, omul a creat o „larvă psihomentală", o plăsmuire din materie astrală care nu a dispărut în timp, fiind foarte densă. Obiectul fobiei poate trece de la o încarnare la alta, fiind înregistrat în perispirit.

- Obsesiile sunt idei fixe care se repetă mecanic, îndemnându-ne uneori la anumite acte ce par a ieşi de sub voinţa proprie (compulsive). Se remarcă deci o lipsă de control asupra ideilor ce traversează mintea.

În raja-yoga se pune accent tocmai pe deprinderea de a respinge sau atrage unele idei, la voinţă şi detaşarea de impulsurile automate ale minţii. Obsedatul are o slăbire energetică a creierului şi, gândind mereu că vrea să scape de ideea penibilă, îi întăreşte efectul, creând o „larvă". Nu este exclus ca ideea fixă să fie inoculată de spirite inferioare care vor să îşi bată joc de om.

⭐⭐ PSIHOZELE sunt tulburări mai grave prin faptul că #1 modifică însăşi personalitatea bolnavului, #2 acesta nu admite că este bolnav şi deseori trebuie tratat împotriva voinţei sale, #3 manifestările sale sunt bizare şi îngrijorează persoanele din anturaj.

Există două mari tipuri diferite de psihoze, în funcţie de tipul cauzei:

A. Psihozele *exogene* provin din tulburări neurologice sau somatice (traumatisme, infecţii, intoxicaţii, tumori cerebrale, tulburări metabolice sau endocrine). Epilepsia este considerată a fi o boală neurologică.

B. Psihozele *endogene* nu sunt cauzate de leziuni cerebrale sau alte motive externe, ci provin din însăşi structura şi funcţionarea minţii. Aici sunt încadrate tulburarea maniaco-depresivă (numită şi afectivă bipolară), schizofrenia, paranoia. Pentru că nu li se cunosc cauzele, sunt greu de vindecat de către medicina occidentală.

Este important să decelăm etapele psihozei, ca să ştim când poate fi ea numită „boală”:

1. Structura psihotică reprezintă dispoziţiile morbide (bolnăvicioase) ale personalităţii.
2. Procesul psihotic propriu-zis este un episod marcat de simptomele clinice clasice, care însă poate rămâne singular.
3. Boala psihică se defineşte prin revenirea episoadelor maladive, iar individul îşi pierde autonomia, nu-şi mai poate asuma responsabilităţi, are nevoie să fie supravegheat şi ajutat permanent.

DEPRESIA este o mare problemă a omenirii civilizate, dar nu întotdeauna ajunge în stadiu de boală. Se manifestă prin lipsa poftei de viaţă şi o viziune negativă generală, având manifestări pe toate etajele fiinţei (emoţional, cognitiv-intelectual, volitiv, somatic). Ea este elementul de bază în binomul maniaco-depresiv.

Depresia rezultă în urma golirii de energie psihică, fără posibilitatea recuperării acesteia în somn. Cum de s-a ajuns aici? Desigur, este vorba de un blocaj general al curgerii energiei, care nu se mai împrospătează. Aura este ecranată de energii stagnante, murdare, uzate, lipite de aură, care nu lasă energia curată să intre în organism. Astfel definită depresia, imediat găsim şi un posibil remediu natural - metodele de tip yoga, de optimizare psiho-somatică, pot realimenta cu prana organismul, care devine astfel puternic şi imun la orice boală.

MANIA este elementul secundar al tulburării afective bipolare, care se manifestă exact invers, urmând episodului depresiv. Omul se simte energic, cu mintea limpede şi concentrată, plin de intuiţie şi încredere în sine, este hiperactiv, nu simte nevoia de somn, face planuri grandioase şi are preocupări superioare, iar totul pare a se înlănţui, are sens şi este minunat.

Este reacţia viguroasă a organismului de a prelua un influx masiv de prana cosmică pentru a sparge blocada energetică, în încercarea de reechilibrare. Acest entuziasm este fără îndoială atractiv şi nimeni nu ar vrea să-l piardă. Totuşi, la un anumit punct, bolnavul poate trece de la exuberanţă veselă la agitaţie ostilă, furie, acţiuni dezechilibrate, iluzii de grandoare – iar acestea deranjează mult anturajul. Aceasta se explică prin neputinţa bolnavului de a gestiona această energie în exces, ca şi prin amplificarea unor defecte personale preexistente. În final, influxul energetic se va stinge de la sine şi, la cei care nu au reuşit să-şi echilibreze funcţionarea corpului, revine depresia.

Chiar şi misticul gustă din plăcerile „maniei” descrise mai sus, dar reuşeşte să ţină sub control supraenergia, să o canalizeze în direcţiile dorite de el. Sfântul Ioan al Crucii descrie o fază ulterioară extazului cosmic, pe care o numeşte „marea noapte a sufletului”. Oare ar putea fi ea echivalată cu alternanţa manie-depresie? Dacă da, atunci misticii au găsit soluţia de a se vindeca singuri...

Mulţi dintre cei care trăiesc spontan o „euforie mistică” au o structură energetică de medium (cu straturi aurice larg spaţiate). Se ştie că mediumii sunt foarte sensibili, de unde apar şi unele riscuri şi vulnerabilităţi psihologice. Misticul se antrenează treptat în a-şi creşte sensibilitatea, învăţând în acelaşi timp să îşi controleze noile stări speciale, gustând deliciile euforiei, dar evitând neplăcerile excesului sau ale depresiei. Nu este suficient a practica tehnicile meditative. În paralel, trebuie purificate gândurile şi emoţiile, controlate aspectele psihologice inferioare. Altfel, în urma unei transe (stare modificată de conştiinţă), este posibilă manifestarea exacerbată a pulsiunilor animalice. Această purificare necesită timp, răbdare, perseverenţă. În cazul unui progres treptat şi constant, energia soseşte în cantităţi mai mici, suportabile, controlabile. Orice izbucnire bruscă a energiei (cum e cazul cu trezirea impetuoasei Kundalini) poate fi periculoasă când structurile energetice nu sunt suficient purificate, iar reacţia psihică ar putea da simptome de tip maniaco-depresiv sau schizofrenic.

Nu toţi depresivii sunt mediumi, şi nici invers. Se estimează că circa 17% din populaţie a avut la un moment dat un astfel de episod grav. Depresia este deci o adevărată problemă a societăţii. Scade dramatic receptivitatea minţii la impulsurile spiritului, culminând uneori în actul absurd al suicidului - drama supremă pentru spiritul încarnat.

În scop didactic, vom defini succint schizofrenia, paranoia şi para-frenia pe baza câtorva criterii semnificative:

Psihotic de tip ↓	DELIR	HALUCINAŢII	PERSONALITATE	ADAPTARE
SCHIZOFRENIC	Ilogic, incoerent	Da	Se deteriorează progresiv pe toate palierele	Inadaptat la realitate
PARANOIC	Logic, coerent, sistematizat tematic	Nu	Nu se deteriorează	Reinterpretează lumea
PARAFRENIC	Logic, coerent, sistematizat tematic	Da	Nu se deteriorează	Se reintegrează uşor în realitate

Conform înţelesului acordat de medicină acestor termeni:

Delirul este o *credinţă* absurdă, o *idee* iluzorie a pacientului, în dezacord cu realitatea obiectivă (de exemplu că forţe exterioare îi controlează gândurile, sau că cineva unelteşte împotriva lui, sau că este permanent urmărit).

Halucinaţiile (auditive, tactile sau vizuale) reprezintă *simţirea, perceperea* unor obiecte sau fenomene care nu sunt reale, fiind plăsmuiri ale impresiilor din subconştient.

În viziunea parapsihologică:

Delirul reprezintă idei fixe care i se pot inocula bolnavului de către entităţi maliţioase invizibile, care chiar se ţin scai de acest om. Mai este posibil ca o astfel de entitate să fi fost creată chiar de însăşi mintea pacientului, prin repetarea intensă a anumitor gânduri, iar acum entitatea a căpătat autonomie (este o formaţiune astrală/mentală parazită – larvă sau fantasmă).

Halucinaţiile nu reflectă neapărat lucruri inexistente, ci o receptivitate incontrolabilă la realităţile paralele şi la prezenţa unor entităţi invizibile, deseori de o moralitate inferioară.

Halucinaţiile autoscopice externe (vederea corpului propriu din exterior, prezentă uneori în schizofrenie) este aşa-numitul fenomen de extracorporalizare (OBE).

PARANOICUL se caracterizează prin faptul că este #1 orgolios, #2 neîncrezător în oameni, #3 sofist (logica sa formală este corectă, dar pleacă de la premise false) şi prin urmare devine #4 un neadaptat, solitar. Paranoia se declanşează în urma unei crize de convertire, un moment de „revelaţie".

Dintre cei trei, paranoicul are cel mai puţin legătură cu paranormalul. Totuşi, când îşi îndreaptă atenţia către domeniul mistic, atunci este înclinat către mesianism, urmăreşte să impună noi forme de religie şi noi idoli, are tendinţa de a poza în martir. Reformatorii religioşi de tipul deliranţilor profetici pot induce, prin sugestie colectivă, un delir în masă.

SCHIZOFRENICUL se caracterizează, în principal, prin faptul că #1 psihicul îşi pierde unitatea, armonia, continuitatea în gândire, limbaj, afectivitate, voinţă, tendinţe, comportament şi prin faptul că #2 se polarizează exclusiv pe viaţa interioară (autism). Schizofrenicul este foarte marcat de percepţiile extrasenzoriale, care însă nu sunt controlate şi nici integrate în experienţa realităţii fizice. Deseori bolnavul are percepţii sau idei simultane, el neputând să selecteze şi nici să-şi concentreze atenţia asupra unui singur stimul.

În criză, se percepe pe sine (centrul conştiinţei) în afara capului (extracorporalizare involuntară, în limbaj parapsihologic) sau constată că percepţiile fizice îi sunt mult diminuate şi limitate, îşi simte corpul fizic ca pe o marionetă exterioară, manevrată cu greu de voinţa sa. Toate acestea sunt indicii fie că spiritul omului nu reuşeşte să controleze mecanismul mental (uneori fiindcă tocmai a părăsit „pupitrul de comandă"), fie că straturile energetice aurice sunt decalate între ele. În acest caz, fenomenele nu mai pot fi numite *paranormale*, ci mai degrabă *anormale*, deoarece produc bolnavului o mare neplăcere şi dificultăţi de adaptare la realitatea fizică.

Actele compulsive din cazul schizofreniei diferă de cele din nevroza obsesională, fiindcă se schimbă mereu. Ele sunt comenzi intuitive sau auditive primite de la spirite maliţioase, batjocoritoare, care controlează canalul telepatic vulnerabil al bolnavului.

PARAFRENICUL are halucinaţii fantastice, pline de imaginaţie, deliruri cosmice foarte bogate şi extravagante. El are conştiinţa transei sale, privindu-se oarecum detaşat şi ulterior reintegrându-se fără probleme în realitatea fizică. În limbajul psihiatric modern, parafrenia este oarecum similară cu „schizofrenia paranoidă", dar într-o formă mai benignă.

Dintre cei trei, parafrenicul *s-ar putea* apropia cel mai mult de statutul de mistic (om sănătos cu abilităţi paranormale) *dacă* ar reuşi să îşi direcţioneze halucinaţia (filmul percepţiei extrasenzoriale) către o anumită temă dată şi ar putea să şi-o întrerupă la voinţă. Din păcate, cel diagnosticat deja drept parafrenic are cu siguranţă şi alte simptome clinice, cum sunt ideile absurde şi o istorie personală plină de manifestări bizare. Totuşi, rămâne întrebarea: nu cumva medicii i-au dat această sentinţă fiindcă nu au înţeles ce se petrece cu bolnavul din perspectivă parapsihologică, nu cumva abordarea corectă nu trebuia să vizeze dispariţia halucinaţiilor (prin „legumizarea" creierului), ci ţinerea abilităţilor speciale sub control (prin antrenament parapsihologic) şi chiar folosirea lor spre binele semenilor?

Încheiere

Dincolo de simplificările didactice medicale şi parapsihologice de mai sus, trebuie să recunoaştem că realitatea este mult mai complexă, suferinţele umane sunt polimorfice, iar până la declararea unor boli serioase există mai multe etape intermediare.

Unii cunoscători ai teoriilor spirituale ar putea invoca plata karmică în instaurarea bolilor psihice. Totuşi, nu sunt atât de sigur că ele ar fi o urmare exclusivă a fatalităţii karmice! Am luat cunoştinţă de oameni relativ normali care ispăşesc karme grele. Mai degrabă ar fi vorba de o sensibilitate extremă a creierului, căpătată în vieţile anterioare sau din moştenirea genetică, care numai în condiţii nefavorabile devine o boală grea. Deci, în principiu, unele boli psihice ar fi putut fi evitate, iar celelalte cazuri vor putea fi tratate sau prevenite de medicina viitorului. Nu este obligatoriu să le considerăm necesare pentru evoluţia spiritului încarnat.

Lipsa de sens a bolii este deseori mai chinuitoare decât suferinţa însăşi. Bolnavul ar vrea să dea un sens chinurilor sale, de aceea se proclamă uneori drept „alesul zeilor". În acest articol nu ne-am propus să dăm speranţe deşarte celor cu diagnostice psihiatrice şi nici nu sugerăm în vreun fel abandonarea suportului medical de specialitate. Speranţa este legată de medicina şi ştiinţa viitorului, care va apela la toate

mijloacele disponibile pentru aflarea adevărului şi salvarea omului: experimente fizice şi extrasenzoriale, raţionamente şi revelaţii, substanţe miraculoase şi energii atotputernice. Deocamdată, ştiinţa bâjbâie prin întunericul minţii, speculând, experimentând şi ratând, dar având speranţa că va ajunge cândva la cunoaşterea acestui univers infinit numit „psihicul uman". Îi dorim succes!

Referinţe bibliografice ştiinţifice:
- Constantin Enăchescu, Tratat de psihopatologie, Ed. Polirom, 2007
- Atkinson & Hilgard, Introducere în psihologie, ediţia XIV, Ed. Tehnică, 2005

18 iulie 2011

MAI MULTE CONŞTIINŢE

Iluminarea spirituală descrisă printr-un model material

De foarte mult timp, misticii, esoteriştii şi filosofii au adoptat în teoriile lor clasificarea ternară a fiinţei umane. Omul este divizat în 3 mari părţi: Corpul, Sufletul şi Spiritul. (Menţionăm, în treacăt, că teologia creştină a pierdut pe drum a treia verigă a lanţului, Spiritul.) Vom completa acest model simplu cu încă o informaţie necesară. Fiecare din ele are o Conştiinţă proprie, astfel că omul este format dintr-un complex ierarhic de 3 Conştiinţe independente. Iată-le:

Diviziune:	Condusă de:	Ce face:
Corp fizic	Conştiinţă corporală, biologică („suflet vital", cu sediul în inimă)	Supraveghează funcţionarea organismului, relaţiile interne dintre organe, ţesuturi, celule
Suflet	Conştiinţă psihică, umană („suflet psihic", cu sediul în creier)	Se ocupă de senzaţii, afecte, gânduri, controlează relaţia cu mediul fizic extern
Spirit	Conştiinţă spirituală, de natură divină	Intermediază relaţia cu universul multidimensional

Vom folosi acest model pentru a defini şi înţelege ce este iluminarea spirituală, prin analogii didactice. Postulatul de la care plecăm este următorul „*Ce este sufletul pentru corp este şi spiritul pentru suflet*".

ANALOGII

1

Omul îşi lasă organismul să funcţioneze de la sine în parametrii biologici optimi. Corpul ştie mai bine de ce are nevoie, anunţându-ne când îi este foame, sete, nu are aer etc. Omul primeşte semnalele şi îi satisface corpului aceste nevoi bazale.

«Corpul nostru cunoaşte absolut totul: unde se află o cicatrice, unde s-au concentrat celulele canceroase, unde se găsesc nodulii invizibili şi imposibil de investigat. Organismul uman ştie tot, însă creierul nu. Corpul uman deţine un limbaj de comunicare, însă acest limbaj nu are nimic în comun cu mintea noastră, cu conştiinţa noastră. Organismul nostru este foarte inteligent, perfect chiar. Creierul însă, deşi prin naştere are capacitatea înţelegerii acestor mesaje, cu timpul îşi pierde această abilitate, până la dispariţie», spune Anatoli Kaşpirovski, celebrul vindecător sugestolog de la televiziunea sovietică [2].

[2] http://www.formula-as.ro/2010/948/enigme-16/magul-din-stepele-ucrainei-kaspirovski-13206

Prin analogie, Spiritul nu se descurcă cu toate detaliile vieţii cotidiene, el având o viziune cosmică şi total altruistă. De obicei, Conştiinţa spirituală intervine indirect în viaţa omului, prin sfaturi discrete, inspiraţii, intuiţii, lăsându-i însă libertatea Conştiinţei psihice să comande corpul.

2

Afecţiunile psiho-somatice sunt o intruziune negativă a Psihicului asupra Biologicului; emoţiile negative generează boli trupeşti. Oarecum similar, putem spune că afecţiunile morale survin dintr-o neatenţie, o lipsă de control a Spiritului asupra Psihicului; corupţia nu este niciodată pe placul Spiritului, dar omul mai cade pradă diverselor tentaţii pământeşti.

E posibilă şi influenţa inversă. Multe boli fizice aduc ulterior şi tulburări psihice secundare, inventariate de medicină. Similar, gânduri, atitudini, comportamente greşite ale omului pot duce la afectarea Spiritului, prin acumulare de energii negative şi karmă, care întârzie evoluţia Spiritului către Lumină.

3

În experienţele mistice, Conştiinţa psihică este ridicată şi dusă în dimensiunile paralele de către Conştiinţa spirituală. Sri Aurobindo, un mare filosof şi explorator al conştiinţei, visa ca, în mod asemănător, Conştiinţa corporală a umanităţii să fie ridicată la nivelul psihic, printr-un soi de „experienţă mistică biologică". Astfel, materia biologică ar fi „psihizată", adică ar deveni mai inteligentă, maleabilă, mulându-se mai uşor pe dorinţele omului, care nu s-ar mai simţi sclavul atâtor nevoi biologice.

4

Să ne gândim acum la persoanele care realizează performanţe incredibile cu propriul corp. De exemplu, îşi ţin respiraţia zeci de minute sau se supun altor încercări foarte dureroase. În acest caz, funcţiile vitale autonome, atribuite în mod firesc Conştiinţei corporale (în limbaj medical, sistemului nervos vegetativ), sunt comandate ferm de către Conştiinţa psihică. Observând cu fascinaţie, dar şi îngrijorare, că poate funcţiona altfel decât era programată, Conştiinţa corporală trăieşte un gen de „iluminare psihică". Tot astfel, când Conştiinţa spirituală preia comanda Conştiinţei psihice, apare adevărata „iluminare spirituală", omul fiind uimit de prospeţimea senzaţiilor, de armonia interioară ce o simte, de bucuria de a trăi.

După cum, aici, misiunea obişnuită a Conştiinţei corporale de păstrare a homeostaziei organismului este tulburată de intruziunea Conştiinţei psihice „paranormale"... tot aşa viaţa Conştiinţei psihice este complet dată peste cap de momentul „trezirii în Spirit", o surpriză

inimaginabilă, însoţită de performanţe şi stări psihice incredibile. În ambele cazuri, iniţiativa schimbării vine de sus în jos. De altfel, Conştiinţa corporală intuieşte doar vag că deasupra sa ierarhic se află în mod normal o altă Conştiinţă superioară. La fel, Conştiinţa umană nu simte decât efectul intervenţiei Spiritului asupra sa şi în niciun caz nu poate decide în locul acestuia.

ILUMINAREA SPIRITUALĂ DESCRISĂ PRINTR-UN MODEL MATERIAL

Ce este şi cum se poate defini „trezirea spirituală" sau „iluminarea"?

Voi încerca încă un posibil răspuns, încadrându-mă cu explicaţiile în modelul conştiinţei, prezentat în detaliu în cartea „Conştiinţa umană, între minte şi spirit", de Răzvan Petre. Completez informaţiile redate acolo cu următoarele:

Conştiinţa umană (care diferă de mintea umană) este un fragment provenit şi detaşat, chiar în momentul începerii vieţii fizice, din mult mai larga Conştiinţă a spiritului încarnat. Acest lucru este posibil întrucât Conştiinţa este alcătuită din numeroase particule-de-conştiinţă care au aceeaşi „identitate" a Spiritului respectiv. Voi folosi mai departe această viziune materialistă asupra unor fenomene psiho-mistice deseori categorisite ca nebuloase, halucinante, prea incredibile pentru a fi studiate ştiinţific. Sper că acum vor putea fi înţelese chiar şi de raţiunea unui copil.

Ce procent din Conştiinţa spirituală va deveni temporar (pe durata vieţii terestre) Conştiinţă umană (psihică)?

Acest raport optim va fi ales înainte de naştere de către Spirit, astfel încât să echilibreze cele două tendinţe contrarii, şi anume:

1 – Spiritul ar dori să îşi cedeze cât mai puţin din Conştiinţa sa, pentru a nu-şi diminua forţa spirituală pe durata încarnării. El are nevoie să se păstreze cât mai complet din două motive: a) să aibă puterea de a superviza lucid activitatea Conştiinţei umane (în timpul stării de veghe); b) să poată continua să viziteze lumile astrale (pe timpul somnului omului) fără a se simţi vulnerabil în faţa diverselor adversităţi. Se poate spune că Spiritul se încarnează întotdeauna doar parţial, procentual, fiindcă nu doreşte să-şi piardă controlul de sine, lucru foarte important.

2 – Cu cât Conştiinţa umană este mai bogată în particule spirituale, cu atât puterea sa de decizie şi control asupra minţii este mai mare, deci, teoretic, omul va fi favorizat.

Mai trebuie să ţinem cont şi de faptul că particulele-de-conştiinţă sunt cu atât mai energizate cu cât Spiritul este mai matur, adică este mai experimentat, are o vârstă cosmică mai mare. Ca urmare, un Spirit evoluat îşi transferă în corpul uman cel mult 5-10% din Conştiinţa

spirituală, pe când un Spirit neexperimentat ar putea avea nevoie de până la 50% din resursele sale. (Aceste cifre sunt sugerate de studiile dr. Michael Newton asupra persoanelor aflate sub hipnoză profundă şi conduse în perioada dintre încarnări).

În fiecare încarnare a Spiritului, mereu alte particule spirituale sunt trimise în corpul uman, spre a acumula o experienţă proprie, care le va îmbogăţi şi întări. Este ca şi cum, vrând să ne spălăm, am scufunda într-un bazin cu apă şi imediat am scoate întâi un picior, apoi celălalt, apoi o mână, apoi cealaltă, dar niciodată întregul corp. Prin urmare, diversele particule-de-conştiinţă experimentează lucruri diferite în decursul diverselor vieţi terestre, iar astfel, per ansamblu, întreaga Conştiinţă a Spiritului se îmbogăţeşte, se maturizează, evoluează spre desăvârşire.

N.B. A nu se confunda particulele-de-conştiinţă cu memoria spiritului, care este o anexă!

De ce evită Spiritul, pe cât posibil, să aducă noi particule în Conştiinţa umană pe timpul încarnării?

În mod obişnuit, Spiritul alege acel procent de care am amintit mai sus (investiţia de Conştiinţă în trupul uman) la începutul vieţii. Orice modificare ulterioară riscă să destabilizeze fiinţa umană. Riscul ar fi acela de a amesteca cele două tipuri – particulele deja familiarizate cu experienţa umană prezentă şi cele nou venite din rezerva spirituală, oarecum străine şi stângace.

ILUMINAREA ESTE O INUNDARE CU PARTICULE SPIRITUALE

Dar atunci când ne referim la „trezirea spirituală", o putem defini tocmai ca fiind un transfer suplimentar de particule-de-conştiinţă dinspre Spirit către Conştiinţa umană. Deşi este un proces neobişnuit şi oarecum riscant (printre altele, rişti să devii un om ceva mai contemplativ!), el este totuşi relativ des întâlnit la aspiranţii dedicaţi unei căutări spirituale sincere.

Îmbogăţirea intensă cu particule a Conştiinţei umane, sau „realizarea Sinelui", este echivalentă cu ceea ce yoghinii numesc activarea chakrelor superioare, Ajna şi, mai ales, Sahasrara, în paralel cu Anahata.

Experienţa inconfundabilă a iluminării este produsă printr-un aport masiv de particule-de-conştiinţă. Totuşi, aceste particule care inundă Conştiinţa umană sunt destul de repede retrase înapoi în Spirit, după ce şi-au îndeplinit rolul de exemplificare a viziunii spirituale pe care omul ar trebui să o aibă asupra vieţii. Prin repetarea experienţelor iluminatorii, tot mai multe noi particule spirituale pot rămâne ataşate, în „proprietatea" Conştiinţei umane. Astfel, procentul de Conştiinţă prezent în om creşte pe zi ce trece. Omul devine mai conştient, mai treaz...

Unii oameni (puţini) se nasc cu un exces de particule spirituale, alţii îl dobândesc prin practică dedicată evoluţiei, iar alţii (foarte puţini) îl capătă exclusiv prin graţia Spiritului, pur şi simplu.

Oare de ce nu toţi oamenii, sau măcar majoritatea, nu cunosc starea de iluminare, ci rămân adormiţi spiritual toată viaţa lor?

Răspunsul rezidă în doar două cuvinte: maturitatea Spiritului. Cum cele mai multe spirite încarnate actualmente sunt încă în plină evoluţie, e de la sine înţeles de ce relativ puţini oameni au parte de trăiri iluminatorii şi mistice. Pentru a genera o experienţă de iluminare omului în care este încarnat, un Spirit imatur, tânăr, neexperimentat, ar trebui să transfere un număr mult prea mare de particule. S-ar putea ca procentul total de transfer să atingă 90-95% la vârful experienţei. În acest caz, Spiritul ar rămâne prea sărac în particule-de-conştiinţă, ceea ce i-ar creşte enorm vulnerabilitatea. Din contră, un spirit evoluat poate genera iluminarea cu doar 20-25% din totalul Conştiinţei sale, care deţine particule mai energizate.

În limbaj yoghin, iluminarea constă în ridicarea bruscă a energiei Kundalini către creştetul capului, într-un mod incontrolabil şi oarecum destabilizant.

Totuşi, nici măcar vârsta astrală mare a Spiritului nu este o garanţie privind obţinerea iluminării de către om. Şansele cresc când el urmează o cale spirituală, de orice natură ar fi ea. În acest caz, transferul de particule începe cu doze mici, echilibrate, ceea ce nu perturbă viaţa omului prea tare. Spiritul poate verifica şi regla efectele din aproape în aproape.

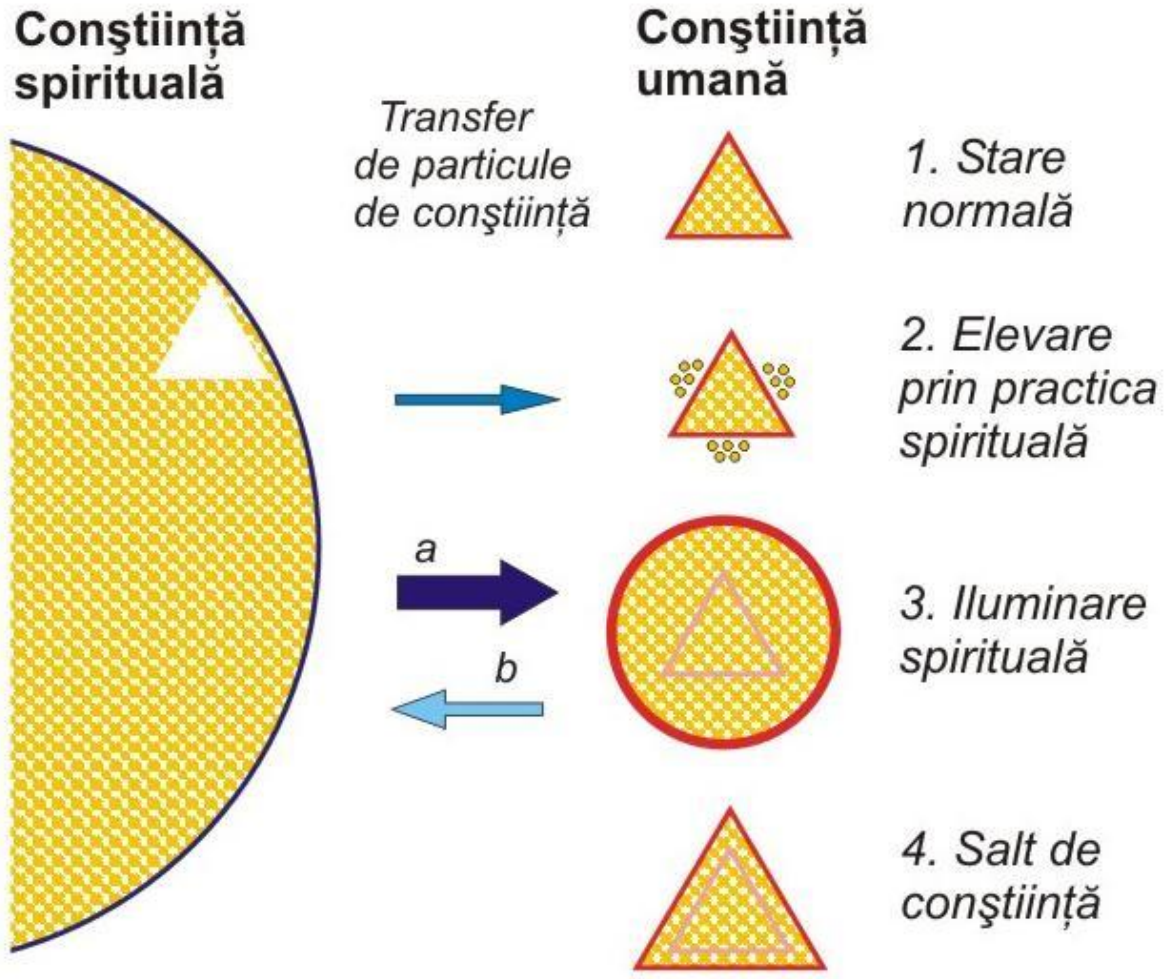
În limbaj yoghin, vorbim de trezirea energiei Kundalini în porţii mici şi zilnice, fără pericole, purificând treptat Sushumna şi alte nadis-uri ori chakre. (Acest aspect este foarte puţin, aproape deloc menţionat în scrierile de specialitate!)

La practicanţii spirituali iluminarea vine în doze mici, crescându-le treptat intuiţia spirituală şi empatia cu maeştrii şi misticii. Astfel de căutători ai Adevărului sunt „parţial iluminaţi", deşi încă nu au cunoscut plenitudinea trăirii de vârf.

În final, trebuie să subliniem factorul central al apariţiei acestei experienţe bulversante: voinţa şi înţelepciunea Spiritului, care nu poate fi nici evaluată, nici influenţată de om. Atunci când cerem de la DUMNEZEU iluminarea spirituală, trebuie să înţelegem faptul că noi pretindem de la micul Dumnezeu din noi un autosacrificiu, prin care ne va ceda o parte din Forţa Sa. Invocând iluminarea, să medităm, înainte de orice, la acest sacrificiu pe care îl pretindem Spiritului nostru – dacă îl meritǎm şi dacă am purta cu demnitate acest cadou ceresc!...

Iată o explicitare grafică a noţiunilor prezentate până acum.

STADIILE NATURALE ALE ELEVĂRII CONŞTIINŢEI



Stadiile evoluției conștiinței umane

Explicaţii:

Am figurat **Conştiinţa spiritului** printr-un **cerc**, iar **Conştiinţa umană** printr-un **triunghi**, respectând astfel simbolistica din cartea mea, amintită mai sus. Amândouă sunt pline cu particule-de-conştiinţă (de culoare galbenă).

Stadii ale conştiinţei umane:

1. Starea <u>normală</u> în care se află orice Conştiinţă umană. Aceasta apare odată cu naşterea omului, prin divizarea Conştiinţei spirituale, care îşi transferă un procent din particulele sale de conştiinţă (în desen, am figurat extragerea triunghiului din cerc). Cercul este mult mai mare (figura nu îl prezintă în totalitate), acesta fiind cazul în care Conştiinţa

umană preia doar circa 5-10% din particulele Spiritului (am ales aici cazul unui Spirit elevat).

2. Prin practica spirituală autentică, de orice natură, sunt atrase un număr suplimentar de particule către Conştiinţa umană, care îi conferă o nouă calitate a vieţii psihice, morale, spirituale. Este un stadiu pre-iluminatoriu.

3. Experienţa iluminării spirituale este posibilă printr-un influx foarte mare de particule spirituale (săgeata a), care extind extraordinar de mult Conştiinţa umană, făcând-o similară cu cea a Spiritului, pe o durată limitată de timp. După un timp (minute, ore, zile), o parte din particulele aportate se reîntorc la sursa lor spirituală (săgeata b).

4. Ulterior experienţei iluminării, Conştiinţa umană rămâne îmbogăţită cu un număr considerabil de particule şi o foarte bună comunicare telepatică cu Spiritul. Acest fapt îi produce o schimbare dramatică în percepţia realităţii cotidiene, care devine mai vie, mai frumoasă, mai interesantă. Transformarea este de obicei ireversibilă, ceea ce se traduce printr-un salt de conştiinţă, o apropiere a omului de natura sa divină.

Vă urez să traversaţi cât mai repede şi frumos cele 3 stadii evolutive superioare, chiar dacă nu este aşa uşor! *De ce n-ar fi uşor?* Pe de o parte, omul occidental are la îndemână nenumărate surse de înţelepciune teoretică, din care îşi poate fabrica propria cale spirituală practică. Pe de altă parte, a trăi iluminarea se poate dovedi a fi dificil în lipsa unui Maestru fizic realizat pe deplin, a cărui prezenţă să catalizeze în noi înşine acelaşi proces psihic. Mai mult, omul modern, care trăieşte în stres şi aglomeraţie, cu greu îşi va putea menţine liniştea lăuntrică necesară experienţelor spirituale intense. De aceea, omul zilelor noastre dedicat unei cercetări spirituale va urma, cel mai probabil, un drum diferit de discipolii clasici (retraşi în locuri izolate şi beneficiind de un Maestru autorizat). Este o cale nouă, adaptată traiului urban şi vieţii sociale intense. Ar putea consta în scurte retrageri în mijlocul naturii ori a lăcaşurilor religioase, izolare în liniştea propriul apartament, în lecturi, în evitarea informaţiilor mass-media şi a altor stimuli negativi din societate.

Însă adevăratul progres spiritual devine posibil numai cu sprijinul primit de la Îngerii noştri, care ne vor da toată alinarea spirituală de care avem nevoie, fără însă a ne aduce într-o stare aparent nevolnică la început, de handicap social, specifică Marilor Treziri – căci lumea nu ne va înţelege şi cu atât mai puţin ne va sprijini.

Cu alte cuvinte, iluminarea omului modern este una diminuată ca tărie, dar are totuşi un impact enorm asupra vieţii celui binecuvântat cu ea. Să ne mulţumim, aşadar, cu orice scânteie de Lumină venită de la Dumnezeu, recunoscând că mediul actual în care vieţuim este foarte ostil căutării spirituale! În lumea aceasta materialistă şi cuprinsă de spasmele diverselor crize, păstrarea echilibrului mental şi purităţii sufletului este o realizare spirituală majoră!!!

Să nu disperăm, să nu ne plângem că ne ratăm realizarea spirituală pe vecie, să nu fugim de viaţa pe care Spiritul ne-a ales-o! Scopul muncii noastre spirituale trebuie să fie, în primul rând, mulţumirea Spiritului nostru - care, în această încarnare, trebuie să experimenteze anumite lucruri prin intermediul nostru. Nu ideile noastre fixe despre retragerea în pustnicie sau alte modele copiate de prin cărţi contează pentru evoluţia spirituală. Contează mulţumirea Spiritului prin ceea ce facem, ce suportăm, cum ne transformăm şi cum schimbăm lumea din jurul nostru...

12 septembrie 2012

ILUMINAREA SPIRITUALĂ, declanşarea unei noi funcţii psihice

EUGENIA PRIN ILUMINARE

Iluminarea poartă diverse nume: *samadhi* în yoga; *satori* în zen; *nirvana* în budism etc. Este o experienţă unică şi măreaţă, de neuitat, operând o schimbare totală a perspectivei asupra vieţii şi chiar un stil nou de gândire, ca şi cum omul ar fi suferit un transplant de creier. Deşi iluminarea este scopul misticilor dintotdeauna, ea nu trebuie redusă la o „ciudăţenie a călugărilor sălbăticiţi". Dimpotrivă, ea a fost trăită şi de oameni de lume, profund integraţi în societate. Elementul comun pentru toţi aceştia este aspiraţia spre Dumnezeu şi dorinţa de îmbunătăţire personală dincolo de limitele egotice.

Toţi iluminaţii şi-ar dori ca şi restul omenirii să poată cunoaşte această experienţă. Există nişte scopuri pragmatice în asta. Mintea nouă ne oferă şansa de a scăpa de 99% din problemele personale. *Incredibil! Cum?* Prin schimbarea de optică asupra „necazurilor" (socotite „oportunităţi"), prin claritatea mentală care ne ajută să facem alegerile optime şi evitarea capcanelor existenţiale etc.

Iluminarea nu numai că ne face fericiţi ca indivizi, dar ea este un instrument admisibil de eugenie, o metodă eficace pentru regenerarea speciei umane. Dacă doar 1% dintre oameni ar trăi un episod iluminatoriu, măcar o dată în viaţă, planeta ar deveni foarte rapid un paradis pentru toţi. Aceşti norocoşi ştiu cel mai bine ce este altruismul şi îşi pot ţine sub control impulsurile egoiste, care sunt sursa majorităţii conflictelor umane. Iluminaţii sunt adevăraţii învăţători spirituali ai lumii. (A nu se confunda cu aşa-zişii *iluminatti*, nişte impostori în materie de spiritualitate!)

Iată de ce credem că este bine să facem cât mai cunoscut fenomenul divin al iluminării spirituale. Nu este un capriciu, nici o modă, nici o fugă de plictiseală, nici un prilej de faimă, nici o nebuneală şi nici un pericol. Iluminarea (sau cum vrem să-i mai spunem: trezire spirituală, cunoaştere de Sine, unirea cu Dumnezeu, conştiinţa cosmică etc.) este momentul îmbogăţirii minţii cu o nouă funcţie psihică incredibilă, momentul schimbării profunde în bine a vieţii noastre, momentul când devenim colaboratorul conştient al lui Dumnezeu.

Nu sunt cuvinte mari, ci dimpotrivă, sensul real abia dacă este sugerat de ele. De aceea, nu trebuie să ne oprim la vorbe, la cărţi, conferinţe şi întâlniri spirituale, ci să încercăm, fiecare după puterile sale, să ne pregătim structura sufletului pentru a primi Graţia iluminării... Aceasta nu e un lucru facil. De fapt, cunoaşterea de Sine este cel mai dificil lucru de pe lume. Dar şi cel mai preţios. Trebuie urmărit cu

perseverenţă, ca în orice antrenament sportiv sau afacere serioasă. El se sprijină pe o calitate foarte rară, cea de a fi sincer cu tine însuţi, a-ţi recunoaşte trăirile ego-ului aşa cum sunt ele - meschine, interesate, răutăcioase etc. Nu tu eşti aşa, ci ego-ul tău...

ILUMINAREA TREBUIE PREGĂTITĂ

Iluminarea este un eveniment istoric, dar ea trebuie pregătită îndelung, nu vine la întâmplare. Omul se apropie de înţelegerea adevărurilor spirituale treptat, prin trăire personală, lecturi spirituale, îndrumări binevoitoare. La un moment dat, simte că este prins într-un iureş spiritual, dorind să facă mai mult pentru a se apropia de Voinţa Divină. Atunci îşi accelerează evoluţia duhovnicească, încercând să pună în practică ceea ce presupune că necesită sfinţirea fiinţei sale. Treptat, observă că primeşte ajutoare din invizibil, ca să înţeleagă mai bine ce se petrece cu viaţa sa şi să se apropie de perfecţiune. Ajutoarele sunt tot mai consistente pe măsură ce intenţiile sale spirituale sunt mai ferme. Conştiinţa sa devine tot mai receptivă la îndemnurile spirituale şi se poate detaşa de activitatea automată a minţii. Omul trăieşte un soi de dedublare, în care conştiinţa sa spirituală observă activitatea oarbă şi mărginită a ego-ului. Nu se ştie cât va dura această etapă de evoluţie, dar în final omul se poate aştepta la acea minunată experienţă divină, atât de slăvită de toţi marii înţelepţi.

Poate că unii s-au iluminat fără eforturi, dar aceia probabil că au depus munca necesară în viaţa anterioară, acum doar culegând laurii victoriei. Întotdeauna există cauze vizibile şi invizibile în tot ceea ce se petrece cu noi. Niciun efort spre îmbunătăţire morală şi spirituală nu rămâne nerăsplătit! Rezultatele extraordinare vor apare, cu siguranţă...

EGO-UL, ÎMBLÂNZIT, NU ANIHILAT

Vorbind despre starea de iluminare, gândul ne poate duce la pasivitatea transcendentală, în care nimic nu tulbură pacea Absolutului. Pentru a ieşi din această aparentă indiferenţă faţă de lumea materială, se cuvine ca înţeleptul să încurajeze tendinţa naturală a ego-ului spre acţiune. Putem să influenţăm cursul evenimentelor cu ajutorul dinamismului ego-ului, dirijat de această dată de luciditatea Spiritului. Lăsăm „micului eu" drept de decizie doar în chestiunile minore, repetitive, automate, instinctuale, putând însă oricând să intervenim ferm în modificarea uzanţelor dacă avem alt scenariu preferabil.

Pe o cale spirituală autentică, ego-ul nu trebuie distrus, personalitatea nu trebuie ştearsă, creierul nu trebuie spălat pentru a i se inocula diverse teorii bizare! Personalitatea umană trebuie să se dezvolte în tot ce are ea mai bun, pentru a proiecta în exterior toată frumuseţea, bogăţia şi dorinţele Spiritului. Fiecare fiinţă este unică. Iar ego-ul este

unica interfaţă prin care Spiritul se manifestă în lume. El trebuie încurajat să acţioneze, dar sub oblăduirea înţelepciunii Spiritului. Ego-ul nu trebuie anihilat, ci îmblânzit. Un înţelept are o personalitate fermă, dar imprevizibilă, căci nu se încadrează în niciun tipar, acţionând mereu cu totală libertate interioară.

Desigur, căinţa are rolul ei spiritual important, dar ea nu înseamnă să îţi acoperi capul cu o glugă a renunţării la viaţă, a retragerii din societate, a inhibării oricăror preocupări interesante. Căinţa are rolul de a te face mai bun, de a-ţi solicita renunţarea la ceea ce este urât în tine. Poţi face acestea rămânând acelaşi om la exterior, dar optimizat psihologic. Omul superior reuşeşte să menţină un echilibru între entuziasm şi luciditate, între pofta de viaţă şi autocontrol.

TREZIREA SEAMĂNĂ CU SPIRITUL

Iluminarea te transformă psihologic fundamental. Nu pierzi nimic util şi bun din ce aveai, dar capeţi o viziune nouă. Psihologic sau ştiinţific este imposibil de explicat cum apare această capacitate stranie, această viziune de neimaginat şi totuşi foarte naturală. De fapt, noua viziune este perspectiva dintotdeauna a minţii spiritului încarnat. Este un întreg sistem coerent, complet, detaşat de realitatea materială, pe care îl putem experimenta chiar cu mintea obişnuită, omenească – contopită acum cu mintea spiritului.

Există grade de realizare a acestei fuziuni între conştiinţa umană şi cea a spiritului, există etape pregătitoare ale iluminării, în care mintea are străfulgerări spirituale, dar incomplete, temporare. De asemenea, fiindcă niciun spirit nu este identic cu altul, probabil că orice trezire spirituală este diferită faţă de a altui iluminat. Există însă multe asemănări minunate, aşa cum rezultă din diversele descrieri ale fenomenului, acestea presupunând un rang relativ înalt al spiritului respectiv. Dacă însă un spirit încarnat este inferior, atunci o viziune – apărută dintr-un prezumtiv accident - nu ar fi nici pe departe atât de luminoasă, iubitoare, clară şi benefică!... Pentru astfel de oameni necopţi spiritual este mai potrivită religia, ca să îi înveţe regulile morale înainte de toate...

CARACTERISTICILE CONŞTIINŢEI SPIRITUALE

În starea de iluminare, conştiinţa umană nu are încă acces la totalitatea minţii spiritului (memoria vieţilor anterioare etc.), ci doar la viziunea sa, adică la conştiinţa spirituală. Iată câteva dintre caracteristicile conştiinţei spirituale, din perspectiva omului iluminat:

- observarea lipsei de consistenţă a realităţii materiale, unde totul este efemer şi în perpetuă transformare;

- recunoaşterea irealităţii ego-ului, acesta nefiind altceva decât automatismele mentale formând o falsă personalitate;
- compasiunea şi simpatia faţă de toate fiinţele universului;
- liniştea, tăcerea mentală care nu distorsionează realitatea, ci o oglindeşte fidel;
- o atenţie globală asupra întregii realităţi.

Filosoful Ciuang-Tsî spunea încă de acum 2300 de ani: «Omul perfect îşi foloseşte mintea precum o oglindă; nu se ataşează de nimic; nu respinge nimic; percepe fără a păstra.»

Cum să descriem atenţia globală prin noţiunile obişnuite? Este mai mult decât o simplă atenţie distributivă în câteva direcţii („pe orizontală"). Având o atenţie totală, nu pierzi din vedere sfera senzaţiilor şi sfera gândurilor, ci devii conştient şi de o a treia sferă care le cuprinde şi se extinde la infinit. Este o realitate extinsă, supradimensională, adăugată - „pe verticală" - la realitatea exterioară (senzorială) şi cea interioară (a gândurilor, sentimentelor etc.).

Vă pare cumva că seamănă cu simptomele de schizofrenie? Nicidecum. Realitatea extinsă de care vorbim aici este inexprimabilă, intuitivă. Patologia amintită se rezumă la o „îmbogăţire" a realităţii mentale cu fantasme ce dau impresia că vin din realitatea senzorială. Realitatea extinsă oferă sentimentul detaşării de realitatea materială şi mentală, dar fără a pierde acuitatea percepţiei lor. În cazul bolii psihice, trăirea într-o realitate paralelă e însoţită de pierderea lucidităţii. Nu se poate vorbi de observarea detaşată a gândurilor – dimpotrivă, bolnavul este foarte prins de halucinaţiile sale!

CALE SPRE ILUMINARE

Iată câteva citate care întăresc cele scrise mai sus despre ILUMINARE, din cartea „Moartea morţii şi desăvârşirea". Este un scurt pasaj autobiografic scris la persoana a treia de către iluminatul român Ilie Cioară, combinat cu alte citate la persoana întâi:

«Concomitent cu numărul tot mai mare de informaţii în legătură cu desfăşurarea existenţei dincolo de mormânt, creşte şi setea de autoperfecţionare. În acest sens, urmărind vieţile sfinţilor, renunţă la viaţa omului obişnuit şi devine monah (*n.n.* - Ilie Cioară). Timpul şi-l petrece între munca legată de serviciu şi singurătatea locuinţei, unde studiază numai literatura ce tratează căile şi metodele care promit ameliorarea psihologică a fiinţei umane. Îşi însuşeşte Rugăciunea inimii, pe care o rosteşte neîncetat zi şi noapte.

După alţi opt ani de privaţiuni şi luptă înverşunată cu pornirile ancestrale ale propriului ego, rămâne totuşi nemulţumit. Întreaga strădanie nu i-a adus decât mici schimbări de suprafaţă, cu totul neînsemnate. În faţa unui asemenea bilanţ, ia hotărârea de a părăsi ţara, pentru a îmbrăţişa viaţa de sihastru pe muntele Athos. Securitatea însă, în ultimul moment, se opune.

Obligat să trăiască în continuare în acelaşi climat, începe să mediteze mai mult asupra credinţei, practicilor religioase, diferitelor metode de luptă cu sine. În final

ajunge la concluzia că toate acestea nu conduc pe practicant la integrarea lui în „Marele Tot”, din care toate purced.

„Am folosit, şi asta multă vreme, Rugăciunea Inimii. Şi iată ce constat. Rostirea neîncetată a formulei blochează eliminarea energiilor care hrănesc şi întreţin omul vechi. Or, în acest caz, cum ar putea să apară omul nou, cu totul diferit, în măsură să întâlnească Sacrul? Mai constat că, prin rostirea ei, întreaga minte s-a transformat într-un robot închis în propria lui găoace egocentrică, iluzorie însă.”

Într-un moment de revelaţie, află că puritatea minţii şi Absolutul nu pot fi atinse prin credinţă, voinţă, efort, imaginaţie, analize etc., şi că orice activitate este şi rămâne în orice împrejurare un obstacol permanent la întâlnirea omului cu Dumnezeu.

„Deci, nu eu merg spre Dumnezeu prin vreo activitate a minţii, ci El vine înspre mine, când a încetat orice căutare a gândirii mele.”

În urma acestei fericite descoperiri, adoptă o nouă modalitate de întâmpinare a frământărilor ego-ului gânditor. Ascultă şi priveşte cu întreaga atenţie orice reacţie a psihicului propriu care survine automat la mişcarea permanentă a vieţii. Altfel zis - o stare de conştientizare spontană, realizată pe parcursul unei clipe, în care gândirea tace cu desăvârşire.

„Orice imagine, gând, dorinţă, dacă sunt bine întâlnite prin lumina atenţiei, ele dispar. Cu timpul, vin din ce în ce mai rar, iar unele din ele dispar complet. Acest mod de-a mă întâlni cu mine, simplu, dar greu de pus în practică, l-aş caracteriza drept o golire a minţii de propriile ei acumulări care o definesc şi o ţin încătuşată.”

Această simplă cunoaştere de sine o practică timp de circa doi ani şi jumătate, când întâlneşte o nouă şi mare surpriză. Gândirea, fără nici un efort, îşi încetase zburdălnicia, ego-ul îşi pierduse însemnătatea în actul de decizie.

În structura lui se operase, pe căi nevăzute şi neurmărite, o incizie, ca o fereastră spre Infinit. Această deschidere îi permitea practicantului să părăsească fără nici un efort mărginirea egocentristă, spre a întâlni Absolutul. Cărarea îngustă se descoperise singură!»

ILUMINARE ŞI MAGIE

Puterile şi stările paranormale sunt altceva decât „iluminarea spirituală”.

Iluminarea este o stare de extaz divin în care ne simţim uniţi cu restul creaţiei. După această experienţă de neimaginat, mintea omului suferă o modificare calitativă, în sensul percepţiei realităţii cu mai multă acuitate şi înţelegere intuitivă. Acum omul aplică şi înţelege preceptele cristice ale Iubirii universale în mod spontan, amplificându-şi calităţile divine.

În schimb, tehnicile magice caută să extindă capacitatea mentală dincolo de limitele lumii fizice, pe teritoriul lumilor paralele. Oricât de vaste şi deosebite ar fi acele lumi, oricât de atrăgătoare ar fi noile posibilităţi ale minţii, totuşi ele rămân limitate, iar omul se simte în continuare separat de restul creaţiei. În plus, există marele risc ca omul să îşi manifeste defectele ego-ului cu şi mai mare forţă...

Dorinţa de a te extinde prin tehnici magice vine de la ego. Puterile paranormale îl fac pe acesta mai puternic (ego spiritual), ba chiar pot împiedica serios apariţia iluminării spirituale. Aceasta din urmă

înseamnă tocmai reducerea la tăcere temporară a vocii zgomotoase a ego-ului.

Aspiraţia spirituală vine de la Spiritul propriu, îndemnându-ne să ne purificăm de imboldurile egoiste. Iluminarea nu este rodul unor anumite tehnologii mentale, ci acestea doar caută să liniştească mintea agitată. Practicăm liniştirea minţii, dar nu în scopul unei experienţe extatice! Dacă ne declarăm acest scop, mintea şi-l va imagina şi ni-l va înfăţişa ca şi cum l-am fi obţinut, ceea ce ne va amăgi. Iluminarea nu poate fi imaginată, deci ceea ce ne închipuim în prealabil este doar o himeră mintală.

Iluminarea este dată prin Graţie divină. Ambiţioşii care exagerează cu tehnicile spirituale, crezând că ele sunt sieşi suficiente pentru a atinge „starea fără de dorinţe", se înşală. Dezvoltarea şi rafinarea ego-ului nu duce la iluminare... Aceasta este capcana iluminării [3]

Prin neidentificarea cu activitatea minţii, automat ne situăm pe o poziţie superioară, în rând cu Spiritul, începem să percepem lumea ca El. Antrenându-ne această abilitate, la un moment dat, printr-un declic sacrosanct, ni se deschide un nou palier, de unde putem supraveghea mintea relaxaţi, calmi, cu puteri stăpânitoare depline asupra ei. Aceasta este iluminarea, străpungerea spirituală. Abia de acum înainte se pot realiza tehnici magice de extindere a puterilor minţii fără pericolul ca acestea să ne domine...

Pentru pregătirea psihică pentru iluminare vă propun următoarea tehnică, aparent simplă şi binecunoscută, dar eficientă: observarea atentă şi detaşată a fluctuaţiilor mentale (gânduri, dorinţe, sentimente, imagini etc.). Se poate executa oricând, neavând contraindicaţii. Această autoobservare va diminua influenţa vagabondajului mental asupra comportamentului nostru cotidian.

Vă recomand şi un manual eficient de meditaţie, scurt şi la obiect: "*Atenţia conştientă, calea spre nemurire*" de Ajahn Sumedho [4].

PLATA PENTRU ILUMINARE

Iluminarea cere totuşi o „plată în natură". Unii învăţători spirituali au relatat că, după momentul de graţie supremă, nu şi-au putut reveni la o percepţie normală decât cu mare greutate. Deşi nu sufereau de o boală psihică, unele manifestări comportamentale ar fi putut indica aceasta. Trăiau într-o stare de contemplare continuă a realităţii înconjurătoare, de care nu se mai săturau. Nefiind în stare să se întreţină singuri, au supravieţuit din mila altora.

[3] http://www.calatoriainimii.net/2012/03/capcana-iluminarii/
[4] https://drive.google.com/file/d/0B6JUPxwhWMxBX0tCdlkxa2R6a00/edit?usp=sharing

Eckhart Tolle ne povesteşte următoarele, în cartea sa „Puterea Prezentului” („The Power of Now” - titlu traductibil mai exact ca „Puterea Momentului Prezent”):

«Am fost trezit de ciripitul unei păsări din faţa geamului meu. Nu mai auzisem până atunci un aşa sunet. Aveam încă ochii închişi şi am avut imaginea unui diamant preţios. Da, dacă un diamant ar putea scoate un sunet, aşa ar suna. Am deschis ochii. Primele raze ale soarelui treceau prin draperii. Fără să mă gândesc, am simţit, am ştiut că este infinit mai multă lumină decât ne dăm noi seama. Acea lumină blândă filtrată de draperii era iubirea însăşi. Ochii mi s-au umplut de lacrimi. M-am ridicat şi m-am plimbat prin cameră. Am recunoscut camera şi mi-am dat seama că niciodată nu o văzusem cu adevărat până atunci. Totul era proaspăt şi pur, ca şi cum tocmai ar fi fost creat. Am luat în mâini diferite lucruri, un creion, o sticlă goală, minunându-mă de frumuseţea şi viaţa care izvorau din ele.

În ziua aceea m-am plimbat prin oraş cuprins de o uimire profundă faţă de miracolul vieţii pe Pământ, ca şi cum tocmai aş fi venit pe lume.

În următoarele cinci luni, am trăit într-o stare de pace şi fericire profunde şi neîntrerupte. După aceea, ea s-a diminuat întrucâtva în intensitate sau poate că aşa mi s-a părut mie, pentru că a devenit starea mea naturală. Puteam să funcţionez normal în lume, deşi mi-am dat seama că, orice aş fi făcut, nu aş mai fi putut adăuga nimic la ceea ce aveam deja.

Ştiam, desigur, că mi se întâmplase un lucru extrem de important, dar nu îl înţelegeam complet. [...] Mai târziu am învăţat să mă cufund în acea lume interioară atemporală şi fără de moarte, pe care o percepusem iniţial ca pe un gol, şi să rămân complet conştient. Am trecut prin stări de o indescriptibilă fericire şi sfinţenie, faţă de care chiar şi experienţa iniţială pe care tocmai am descris-o păleşte. A venit un moment când, pentru o vreme, am rămas fără nimic în plan fizic. Nu aveam relaţii sociale, casă, loc de muncă, identitate socială definită. Am petrecut aproape doi ani stând în parc pe bănci, în beţia celei mai intense fericiri.»

Un alt iluminat contemporan, **Mooji**, a fost întreţinut ani de zile de sora sa, fiindcă el se dedicase trup şi suflet noilor trăiri mistice. Iată un fragment din biografia sa [5].

«Timp de 6 ani, Mooji a fost purtat deseori într-o stare de meditaţie spontană, complet indiferent faţă de lumea exterioară. În aceşti ani, a trăit aproape fără bani, dar mereu absorbit în bucurie lăuntrică, mulţumire şi contemplaţie. Graţia divină a venit sub forma surorii sale Julianne, care l-a primit cu iubire în casa ei, acordându-i astfel timpul şi spaţiul de care el avea mare nevoie ca să îşi dezvolte spiritualitatea, fără presiunile şi solicitările obişnuite ale vieţii în societate. Mooji consideră această perioadă ca fiind „anii lui de pustnicie” şi vorbeşte într-un mod impresionant despre sentimentul profund de a fi fost „aşezat la Sânul lui Dumnezeu”. În multe aspecte, aceşti ani nu au fost deloc uşori pentru Mooji, dar el nu păstrează nicio urmă de regret sau remuşcare la amintirea lor. Din contră, spune despre această fază a vieţii sale că a fost mult binecuvântată şi plină de graţie divină, încredere şi devoţiune.»

Vestitul înţelept **Ramana Maharishi** a cunoscut la începutul experienţelor sale mistice aceeaşi dificultate de a rămâne printre muritori. Iată o relatare [6] despre noua sa fiinţare:

«În acele luni era absorbit într-o continuă contemplare a Sinelui Suprem, fiind practic rupt faţă de lumea exterioară, astfel încât trebuia să fie scuturat de umeri cu putere pentru a observa şi accepta hrana şi apa pe care unii credincioşi i le aduceau

[5] http://www.mooji.org/biography.html
[6] http://liviugheorghe.wordpress.com/2012/02/22/nestemate-ale-misticii-orientale-ep-9/

o dată pe zi. [...] În timpul şederii la Virupaksha, s-a realizat o întoarcere gradată a tânărului ascet - ce păstrase o tăcere deplină, fiind absorbit în contemplarea Sinelui - către realitatea exterioara. În timpul celor 30 de luni dintre venirea sa la Tiruvannamalai şi perioada în care a început să răspundă în scris întrebărilor aspiranţilor spirituali, tânărul ascet a petrecut o perioadă spirituală intensă. În timpul acelor luni, fusese permanent cufundat într-un ocean de inefabilă fericire, uitând cu totul de trupul său şi de lumea înconjurătoare, reîncepând apoi gradat să-şi refolosească simţurile şi mintea şi să înveţe din nou să privească în exterior şi să comunice cu cei ce se apropiau de el. Întoarcerea lentă la activităţile obişnuite şi la conversaţiile cu ceilalţi oameni pot fi descrise ca o renaştere într-o fiinţă nouă, în întregime pură, eliberată de dorinţe sau amintiri.

[...] Era necesar acum să fie stabilite pe noi fundamente unele legături cu viaţa obişnuită şi vorbirea, proces ce s-a desfăşurat gradat şi în timp îndelungat. Curând după Marea Trezire, el a început să viziteze templul din Madurai, iarăşi şi iarăşi, contemplând nemişcat imaginea lui Nataraja şi a altor zei. Aşa cum el însuşi explica mai târziu: „*Sufletul renunţase să mai fie una cu trupul şi căuta un nou suport care să-l susţină*". După o a doua experienţă pe care a avut-o în anul 1912, Maharishi s-a simţit pentru totdeauna şi în mod ferm stabilit în lumea Esenţei Pure, percepând lumea fenomenală ca pe un film proiectat pe ecranul Sinelui Suprem sau ca pe un vis coerent, ce-i permitea totuşi să se amestece printre oameni şi să le vorbească, răspândind asupra lor compasiunea şi graţia sa nesfârşită.

Desigur, nu este obligatoriu ca fiecare iluminat să treacă prin aceleaşi etape de readaptare dificilă la viaţa obişnuită, dar există întotdeauna acest risc (sau binecuvântare?!). Poate că tocmai acesta este unul din motive pentru care NU toţi căutătorii devotaţi ai spiritualităţii reuşesc, chiar după eforturi de mulţi ani, să obţină iluminarea. Aş spune că este o măsură de protecţie din partea Divinităţii, de a-i feri de situaţii penibile sau umilitoare pe care nu sunt pregătiţi să le înfrunte. Poate că misiunea lor prioritară este tocmai cea de a îngriji sau ajuta cu devotament alte persoane, înainte de a fi ei înşişi serviţi... Sau poate că trebuie să rabde întâi unele suferinţe karmice obligatorii. Căci iluminarea NU şterge automat şi complet karma negativă prevăzută să fie arsă în această viaţă!...

CRITICA OBSCURANTISTĂ A CĂILOR ORIENTALE

Orice metodă psihomentală care încearcă să forţeze apariţia unor stări extatice, de transă (cum sunt cele utilizate de către căile spirituale şi şcolile de metafizică), poate fi la fel de periculoasă pe cât de utilă se doreşte a fi. De aceea, totul trebuie făcut cu măsură, bun simţ, atenţie, respect pentru propria persoană şi ceilalţi semeni, fără grabă şi, mai ales, fără dorinţa de a dobândi puteri parapsihice!

Nu putem vorbi despre o şcoală spirituală autentică decât dacă a dovedit, de-a lungul timpului, că poate ajuta fiinţele umane să se ilumineze. O „cale spirituală" este mai complexă decât o religie; ea are ca obiective învăţături morale, mângâiere psihologică, filosofie spirituală, metode pentru păstrarea sănătăţii şi longevităţii, cercetare parapsihologică şi... tehnici mentale. Religiile se reduc doar la primele

trei obiective dintre cele tocmai menţionate. Unele căi spirituale sunt tolerate în religiile majore ale lumii (de exemplu, isihasmul în creştinism, sufismul în islamism, cabala în mozaism etc.) iar altele reprezintă baza lor (de exemplu, în budism, în unele secte hinduse etc.). Toate căile spirituale autentice se adapă la acelaşi izvor de înţelepciune ce cuprinde cunoştinţe tainice despre om şi univers. Aceste cunoştinţe, în general, au fost ţinute departe de ochii ignoranţilor (ocultate), din motive întemeiate. Totuşi, în epoca modernă, ele au fost răspândite pretutindeni în lume, formând aşa-zisul „eso-terism" (adică spiritualitatea profundă). Vrând-nevrând, el pune în inferioritate religiile populare, care i se opun sub numele convenţional de „exo-terism" (semnificând manifestările exterioare, superficiale ale spiritualităţii).

Din rândul publiciştilor care se declară „creştini practicanţi" se aud critici acerbe la adresa curentelor moderne de tip new-age sau provenind direct din Orient. Ei pun toate relele pe seama hinduismului şi yogăi, de unde consideră că se trag aceste învăţături „demonice". Unele critici sunt întemeiate, dar altele arată mai mult reaua-credinţă şi ignoranţa celor care le proferează. De fapt, privind situaţia cu luciditate, este mai degrabă o dispută între inadaptarea şi superficialitatea exoterismului, pe de o parte, şi atractivitatea şi profunzimea esoterismului, pe cealaltă parte. A critica un sistem necesită o pregătire riguroasă şi demonstraţii imbatabile, însă pe tărâmul spiritualităţii se preferă disputele emoţionale, argumentaţia retorică, apelul la propria tradiţie (ca şi cum ea ar fi absolut veridică), generalizarea unor erori particulare etc.

Trecând peste aceste inconsistenţe logice, vom aminti în continuare câteva dintre argumentele prezente în Occident împotriva căilor spirituale. Căci ceea ce se întâmplă în Orient, deja nu mai miră „lumea civilizată"; acolo aproape că este „iadul" teologilor!...

ARGUMENTE ANTI-MISTICISM ORIENTAL COMENTATE

Argumentele provin din cartea „Yoga şi meditaţia transcendentală" de John Weldon şi Clifford Wilson, iar comentariile aparţin autorului acestui eseu.

Despre CARISMĂ ŞI RACOLARE

«1 - Sectele new-age pun în centru un Guru considerat a fi trimisul lui Dumnezeu pe Pământ. Dar unele dintre afirmaţiile lor se dovedesc eronate sau comportamentul lor lasă de dorit, ceea ce le pune la îndoială toată învăţătura.»

COMENTARIU: Niciun om nu e perfect, oricine poate greşi în viaţă. Important este ca greşeala să nu fie majoră şi să o recunoască ulterior. Este justificabil să ne păstrăm întotdeauna rezerve de luciditate.

Dar şi în creştinism se pune la mare preţ ascultarea fără crâcnire a superiorului, iar despre „mitul infailibilităţii” Papei de la Roma, să nu mai vorbim...

Există şi mistici „autodidacţi”, nu neapărat proveniţi din vreo sectă hindusă, care au ajuns la aceeaşi învăţătură, lucru care o validează, o dată în plus.

«2 – Aceşti guru aduc în Occident învăţături distrugătoare ale moralităţii, ale spiritualităţii inteligente şi ale valorilor creştine. Pledoaria lor făţişă în favoarea diferitelor forme de ocultism (de exemplu yoga), a spiritismului, a imoralităţii sexuale (de exemplu tantra) a ruinat mii de vieţi.»

COMENTARIU: Aceasta este propaganda unei religii care se teme de concurenţă.

Învăţătorii autentici nu sunt nici împotriva moralităţii şi nici a creştinismului profund, ci eventual împotriva erorilor spirituale. Alăturarea în text a imoralităţii sexuale cu spiritismul este revoltătoare şi aberantă, cele două neavând nimic în comun, dimpotrivă.

«3 – Unele şcoli de meditaţie orientală se autoprezintă ca nefiind religii, ci oferind metode ştiinţifice universal valabile. Aceasta e o înşelare satanică, pentru a putea racola credincioşii creştini.»

COMENTARIU: S-ar putea întâmpla şi asta, în unele cazuri. Dar nu trebuie generalizat, mai ales că beneficiile meditaţiei, fie ea indiană, tibetană, hawaiiană sau din alte părţi ale lumii, sunt dovedite ştiinţific, dacă meditaţia urmează regulile stabilite de tradiţia respectivă.

Despre ERORI DOCTRINARE

«4 - E adevărat că omul poate deveni „una” cu Dumnezeu, căci aceasta este şi învăţătura Domnului Isus Cristos, dar nu în sensul vedic hindus. În acesta din urmă se spune că omul devine Dumnezeu, ceea ce chiar se demonstrează prin siddhis (puteri oculte). »

COMENTARIU: În starea de iluminare avem senzaţia că suntem Dumnezeu (una cu Dumnezeu, ca şi Dumnezeu etc.), aşa se întâmplă cu toţi, nu avem cum împiedica asta. Totuşi, ulterior ne reîntoarcem în starea de conştiinţă umană, cu limitele sale umile.

A avea puteri paranormale nu te face egalul Creatorului Suprem, ci doar o micuţă imagine a Sa, încă imperfectă.

«5 - Nu poţi ajunge la Dumnezeu cu ajutorul faptelor bune şi activităţilor disciplinei spirituale. Doctrina creştină susţine că salvarea nu poate fi primită decât ca un dar. »

COMENTARIU: Nimeni nu poate dori în locul nostru, nimeni nu poate acţiona în locul nostru. Munca spirituală personală este obligatorie.

Pe de altă parte, întotdeauna primim ajutor din lumea invizibilă, de la sfinţi şi spirite veghetoare, supuse Voinţei Divine. Iar iluminarea supremă este, fără îndoială, un dar ceresc.

«6 – În creştinism, comunicarea cu Dumnezeu se face prin rugăciune şi prin citirea Cuvântului Său. În schimb, în hinduism şi yoga, comunicarea are loc prin meditaţie psihico-mistică (distrugerea eului) şi prin sadhana (exerciţii spirituale). »

COMENTARIU: Avem dreptul să fim diferiţi şi să practicăm metode diferite, în funcţie de moştenirea culturală sau de preferinţe.

Chiar şi în hinduism există rugăciune şi citirea scripturilor, după cum în creştinism există sadhana şi meditaţie isihastă. Interiorizarea nu poate lipsi nici măcar din autocunoaşterea psihologică, darămite dintr-o cale spirituală.

„Distrugerea eului" înseamnă de fapt subordonarea ego-ului în faţa Spiritului, nu o anihilare.

«7 – Conform hinduismului, Brahman (Dumnezeu), fiind impersonal, nu are iubire. El a făcut lumea ca iluzie (maya) şi lucrul acesta face parte dintr-un joc (lila). Adevărul creştin ştie că Dumnezeu este o persoană iubitoare, care nu îşi bate joc de creaturile Sale. »

COMENTARIU: Dumnezeu poate fi privit din multiple unghiuri. De exemplu, în Biblie, Dumnezeul lui Israel este unul dur şi răzbunător. Dar omenirea evoluează şi se apropie treptat de adevărul rotund.

Nu trebuie să confundăm viziunile omeneşti asupra Divinităţii cu Viziunea Sa asupra realităţii cosmice! Concepte precum „maya", „impersonal" şi „lila" sunt doar nişte repere vagi, nişte comparaţii ajutătoare, dar nu însăşi complexa Realitate, pe care nicio teorie nu o poate descrie corect.

«8 – În mod eronat, în hinduism se consideră că răul vine din ideea că ar exista o separare între Dumnezeu şi om. Salvarea ar fi obţinută luând la cunoştinţă despre iluzia separării (maya) şi acceptând unitatea tuturor vieţilor, a tot ceea ce există (viziune monistă). »

COMENTARIU: Vorbind despre „rău", putem înţelege diverse lucruri nedorite. Ignoranţa este un rău, dar nu acelaşi tip de rău ca cel reprezentat de demoni. Într-adevăr, în doctrina monistă (advaita) nu se vorbeşte despre diavoli, deşi ei există în Creaţie. Aceasta, pentru că non-dualismul vedantic se concentrează exclusiv pe aspectul transcendent şi nu pe cel creat (din care fac parte demonii).

Teoria despre iluzia cosmică (*maya* - corect înţeleasă ca *impermanenţă*, nu ca inexistenţă!) nu este totuna cu realizarea ei prin experienţă directă contemplativă. Iar când revenim din experienţa spirituală, ne întoarcem la dualitate şi separare. Lucrurile sunt complicate. Luarea la cunoştinţă a adevărurilor transcendente este o primă etapă, dar nu ne salvează total şi definitiv.

De fapt, „salvarea" este un proces continuu, care nu înseamnă altceva decât înlăturarea treptată a ignoranţei spirituale, evitarea greşelilor, purificarea morală şi evoluţia spiritului. Toate religiile aduc aceeaşi mântuire (când o aduc), căci Dumnezeu nu favorizează pe nimeni doar fiindcă a aderat la o anumită religie efemeră. Salvarea „o dată pentru totdeauna" este un deziderat omenesc, dar care nu există nicăieri şi niciunde. Spiritul trăieşte în eternitate şi are mereu de înfruntat

obstacole, ce îl fac tot mai înţelept şi mai puternic. Nimeni nu ne poate scuti de activitate...

Despre PROBLEME PSIHICE ŞI SPIRITUALE

«9 – Nodul problemei este de a integra experienţa conştienţei cosmice cu un stil de viaţă deja existent. »

COMENTARIU: Aceasta este o problemă a spiritualităţii umane în general, nu numai a celei orientale. Şi misticii creştini au avut parte de aceeaşi trezire spirituală, cu aceleaşi dificultăţi. Mai mult, unele persoane nici măcar nu au urmat vreo cale spirituală şi tot au trăit un episod de conştiinţă extinsă, cosmică iluminatorie...

«10 - Se admite în general că trebuie să fii „în formă" pentru a face exerciţii mintale anevoioase, altfel te aşteaptă neplăceri serioase (posibile psihoze, posedări demonice, depresii etc.). Din nenorocire, deseori tocmai oamenii obosiţi, instabili, frustraţi şi epuizaţi sunt cei care caută remedii universale în meditaţia transcendentală.»

COMENTARIU: Când sunt obosiţi psihic, oamenii nu trebuie să mediteze. Le sunt de folos exerciţiile fizice şi psiho-somatice yoghine.

«11 – Spune un guru: „*Noi facem rugăciuni concrete, ca să atragem atenţia acestor fiinţe superioare sau zei care trăiesc acolo (în lumea spiritelor)*". Un anumit procent din cei care meditează riscă să ajungă spiritişti. Dar conform creştinismului, spiritismul duce la posesiune demonică, fiindcă explorarea metapsihică poate face ca individul să ajungă în atenţia unor fiinţe care sunt, în parte, răuvoitoare, crude şi viclene. »

COMENTARIU: Autorii confundă în mod răuvoitor spiritismul intelectual, structurat teoretic de Allan Kardec, cu invocarea demonilor din practicile vrăjitorilor sau cu practicile diletante provocate de simpla curiozitate, imature şi nesupervizate de entităţi superioare. Este o eroare fundamentală. Spiritismul ştiinţific este o practică verificată în timp şi adoptată actualmente de elitele intelectuale din multe ţări civilizate.

Mai mult, şi religia foloseşte rugăciunea către spirite. Isus şi Maica Domnului ce sunt? Sfinţii creştini ce sunt? Îngerii ce sunt? Nimic altceva decât spirite. Iar slujba ţinută de preoţi este, de fapt, o şedinţă spiritistă unde sunt invocate spiritele superioare.

«12 – „*În spatele oricărei cercetări metapsihice, a misticismului, ocultismului etc., conştient sau inconştient, este prezent sistemul yoga*", spune eruditul Mishra. În concluzie, yoga este periculoasă! »

COMENTARIU: În concluzie, yoga este genială! Ne oferă un set de instrumente eficiente pentru evoluţie spirituală dacă sunt folosite înţelept. E nevoie însă de îndrumarea unui instructor calificat şi de angrenarea intuiţiei personale, pentru a nu depăşi dreapta măsură şi a nu ne supune la riscuri inutile.

Sunt total de acord cu citatul din brahminul Shri Purohit Swami: «Oamenii uită că Yama şi Niyama (rezistenţa morală, mintală şi chiar fizică viguroasă) constituie temelia, şi că, dacă aceasta nu este bine pusă, ei n-ar trebui să practice nici măcar poziţii sau exerciţii respiratorii.» Dar, după cum unele secte

absurde se folosesc de numele lui Isus pentru a atrage creduli, tot aşa unele secte imorale se folosesc de instrumentele yoga pentru a-şi zăpăci aderenţii. Avem şi pe meleagurile noastre un exemplu notoriu de sectă de yoga dâmboviţeană – nomina odiosa –, unde bunul simţ, măsura şi ruşinea nu îşi au locul. Dar nu ştiinţa yoga e de vină pentru bădărănia şi răutatea unor practicanţi! Să ne gândim că laserul este folosit azi cu mare succes în operaţiile medicale, dar tot cu el se poate distruge viaţa...

YOGA TRADIŢIONALĂ, UN SISTEM PROFUND SPIRITUAL

Paragrafele scrise ceva mai sus despre iluminarea spirituală rezonează în special cu disciplina spirituală numită Jnana-yoga. Ea este îndeobşte considerată a fi dificil de urmat, solicitând o atenţie mereu vigilentă, lucru greu de obţinut de omul zilelor noastre, prins în stresul cotidian. Înţelepciunea antică indiană a găsit însă soluţii: căi precum bhakti-yoga sau karma-yoga, folosite alternativ sau simultan.

Bhakti-yoga se foloseşte de emoţii pentru a înălţa sufletul credinciosului. Aceasta este, de exemplu, calea creştinismului – prin ritualuri sacre şi rugăciuni de comuniune, creştinul este mereu readus în contact emoţional cu Isus Cristos, Maica Domnului şi Sfinţii. Ce uşor ne putem concentra asupra unui subiect care ne produce plăcere, nu-i aşa? De exemplu, amintirea unei persoane iubite.

Bhakti-yoga preia această capacitate a emoţiei de a focaliza mintea şi înlocuieşte subiectul plăcerii cu cel religios. Nu de puţine ori am auzit termenul „mireasa lui Cristos", care exprimă sublimarea instinctului sexual în iubirea ideală faţă de bărbatul sfânt Isus. În India, emoţia amoroasă este sublimată de călugări în dragoste faţă de Mama Divină, adică Dumnezeu. În acest fel, concentrarea asupra celor sfinte este facilitată de emoţia iubirii pure. Este o metodă utilă mai ales când omul are o structură sufletească predominant emoţională şi mai puţin introspectivă, raţională. În acest fel, îşi purifică sufletul de zgura egoismului, dar încă păstrează distanţă faţă de divinitatea sa lăuntrică.

Karma-yoga este atitudinea interioară recomandată de înţelepţi să o avem pe timpul oricărei activităţi: să renunţăm mental la roadele (se subînţelege, pozitive) ale faptelor noastre, pe care I le oferim lui Dumnezeu. Se spune că, în acest fel, vom scăpa de urmările karmice obligatorii în urma oricărei acţiuni. Desigur, lucrurile nu sunt aşa de simple. Unii au transformat-o într-un sistem de sine stătător pentru oamenii de acţiune, care nu au timp sau talent pentru alte căi spirituale. Dar, credem noi, mai degrabă se pretează a fi o metodă auxiliară pentru Jnana-yoga sau Bhakti-yoga. Pe cât de simplă pare Karma-yoga în teorie, pe atât de dificil este de pus în practică corect.

Reperul după care trebuie să ne ghidăm este chiar modul de acţiune al iluminatului autentic – el acţionează fără motivaţii egotice. Tot ceea ce face, este un tribut adus lui Dumnezeu, acelei stări copleşitoare pe care a trăit-o ca iluminare spirituală. Chiar atunci când face lucruri mărunte, le face cu o atitudine religioasă, ca şi cum de ele ar depinde însăşi existenţa sa. Nu îi pasă dacă nu se va bucura de roadele muncii sale, căci este convins că ea a ajutat sau va ajuta pe cineva. Întrucât se identifică cu toate fiinţele universului, fapta bună se va întoarce înapoi, într-o formă sau alta, ca o răsplată venită la momentul oportun.

Chiar atunci când scopul acţiunii pare a fi pur egoist, cum ar fi de exemplu sportul, acţionează cu aceeaşi atitudine de iubire, ca un obol adus Scânteii divine din el. Poate că, oferindu-i-se acum prilejul de a-şi consuma unele mici plăceri nevinovate, Spiritul încarnat îşi arde karma acumulată mai demult (sub forma unor gânduri ambiţioase, pofticioase refulate) şi astfel se purifică de reziduurile care îl trag în jos pe scara evoluţiei spirituale.

În concluzie, orice îndemnuri sau sfaturi privind Karma-yoga nu pot fi practicate corect decât dacă reuşim să ne transfigurăm parţial într-un om iluminat (ca în Jnana-yoga) sau sfânt (ca în Bhakti-yoga). Altfel, totul poate rămâne un joc al minţii, în care doar ne închipuim că ne consacrăm dorinţele profane, omeneşti...

HIPNOZA ŞI ILUMINAREA CONŞTIINŢEI

Hipnoza! Iată o metodă care nu ţine de căile spirituale tradiţionale, dar ar putea promite realizări similare facile şi rapide. Totuşi, atenţie! În primul rând, din principiu, trebuie să fim rezervaţi faţă de călătoriile prea rapide, la care nu ne putem adapta corespunzător. În al doilea rând, ceea ce pare prea facil poate conţine capcane nebănuite. Hipnoza este un instrument controversat - puternic, deci nicidecum fără riscuri!

Există diverse metode şi terapeuţi (atenţie la şarlatanii fără atestare în hipnoză!), dar toţi se folosesc de capacităţile incredibile ale oricărei minţi omeneşti de a se lăsa sugestionată. De aici poate apare şi riscul creşterii sugestibilităţii subiectului în afara experimentului hipnotic, chiar dacă este condus ireproşabil (sugestii posthipnotice, dependenţa de terapeut, de terapie, reducerea capacităţii critice ori alte efecte secundare).

Pe lângă aplicarea ei clinică supervizată, se cunosc şi nenumărate cazuri de folosire dezastruoasă a hipnozei de către simpli curioşi sau iresponsabili care au vrut să cerceteze nevăzutul pe seama unor subiecţi inconştienţi, ce s-au ales cu grave urmări psihice. Se poate vorbi chiar de lezarea liberului arbitru al persoanei hipnotizate, deşi tema controlului voinţei nu numai că este foarte controversată, dar e şi complicată de faptul că nu este posibil să spui exact cum arată adevărata voinţă a unei persoane.

Iată câteva mărturii care prezintă posibilităţile incontestabile şi nelimitate ale hipnozei de a ne propulsa într-un tărâm al viselor frumoase, preluate din broşura „HIPNOZA” de Martin şi Deidre Bobgan.

«Analizând atent fenomenele descrise de profesionişti, putem spune, alături de Daniel Goleman, că: „*Precum meditaţia şi biofeedback-ul, tot aşa şi hipnoza unei persoane poate deschide calea spre o întreagă paletă de stări diverse de conştienţă sau, mai rar, spre stări modificate de conştienţă*”.

Profesorul de psihologie Charles Tart a cercetat hipnoza în laborator pe un tânăr subiect numit William, cu ajutorul căruia a măsurat nivelurile de profunzime ale hipnozei.

Mai întâi se constată o senzaţie de destindere, apoi o părăsire a trupului fizic, pe care William îl desemnează ca fiind „doar un lucru, ceva pe care l-am lăsat în urmă”. Puterea vizuală este diminuată, are senzaţia de întunecime care devine tot mai intensă. El se simte liniştit şi calm, până când odihna şi pacea „nu mai sunt nişte noţiuni pline de sens... dacă s-a depăşit acest punct, nu mai există eu sau sine care să se poată simţi liniştit sau neliniştit”.

În stadiile incipiente, William este conştient de sine, dar apoi identitatea sa „se concentrează treptat asupra capului”. Mai târziu are sentimentul că nu mai este el însuşi, ci ceva mult mai mare: potenţialul de a fi putea orice”. Sentimentul lui William de trecere a timpului se risipeşte, face loc unui sentiment de atemporalitate. Şi la nivelul inferior se găseşte o „conştienţă a unui fel de muzică monotonă sau zumzăit, însoţită de un sentiment că sunt posibile experienţe tot mai multe şi mai importante”. Tart afirmă: „Muzica despre care vorbeşte William este probabil în legătură cu concepţia hindusă despre silaba sfântă OM, probabil o notă fundamentală a universului, pe care omul o poate „auzi” dacă mintea lui vibrează tot mai mult în armonie cu universul”.

La încheierea relatării sale despre experiment, profesorul scrie că William a ajuns la stadii „care seamănă cu cele din descrierile orientale a unei conştienţe a vidului, a nimicului..., în care se lasă în urmă spaţiu, timp şi sine, şi unde nu mai există decât conştienţa pură a nimicului primordial, din care provine toată creaţia manifestată”. El spune mai departe că asemenea experimente „oferă posibilitatea de a folosi stări de transă hipnotică la cauzarea şi/sau modelarea experienţelor mistice”.

Ernest Hilgard, psiholog cercetător al hipnozei, descrie hipnoza profundă, printre altele, cu următoarele cuvinte: „...Apar deformări ale conştienţei care indică anumite elemente comune cu descrierile experienţelor mistice. ...Timpul care trece îşi pierde importanţa, pari să-ţi laşi trupul în urma ta, apare un nou sentiment al unor posibilităţi interioare nelimitate care îşi găseşte în final punctul culminant şi concluzia în sentimentul de a fi una cu universul”.

Psihologul clinician Peter Francuch descrie astfel experienţele care au loc pe diferitele trepte ale transei hipnotice: „Se parcurg până la cinci sute de stadii şi trepte diferite, care sunt imaginile diferitelor stadii şi trepte ale lumii spirituale, ca şi a condiţiilor care domnesc acolo. Starea de la treapta a 126-a corespunde celei descrisă de misticii orientali”. Francuch a condus unele persoane mult peste această treaptă de transă şi descrie astfel experienţele unuia dintre subiecţii săi: „Subiectul părăseşte stadiul al 126-lea, starea de gol, de vid, de nimic, Nirvana, ca un individ nou-născut cu o conştienţă înaltă a individualităţii şi diferenţierii sale, şi în acelaşi timp cu un sentiment de contopire interioară şi exterioară cu universul şi cu creaţia; el a fost deci concomitent una cu creaţia şi deosebit de ea. Această stare se sustrage unei descrieri cu cuvinte, întrucât limba omenească nu posedă nici un fel de posibilitate de exprimare”. El spune mai departe: „Mi s-a relatat că la depăşirea celei de a mia trepte sunt anulate toate regulile şi legile, aşa cum le cunoaştem de la toate nivelurile spiritualităţii şi lumii fizice, naturale, şi va lua fiinţă ceva complet nou”.»

În concluzie, oare se poate folosi hipnoza pe scară largă pentru obţinerea unor stări de conştiinţă iluminatorie? Poate deveni hipnoza o cale spirituală în sine?

În primul rând, privind problema în mod elementar, dacă ar fi putut înlocui căile spirituale tradiţionale, ar fi trebuit ca hipnoza să fie deja cunoscută pentru asta.

În al doilea rând, o cale spirituală nu se opreşte la obţinerea unor stări de conştiinţă modificată, ci continuă întreaga viaţă, ajutând la integrarea acelor niveluri de conştiinţă înaltă în viaţa obişnuită a practicantului. Acesta este un scop poate mai nobil şi mai dificil decât atingerea ocazională a unei experienţe metafizice.

În al treilea rând, pentru a decide dacă trăirile înalte raportate de profesioniştii hipnozei (cum sunt cele de mai sus) au efecte benefice ulterioare asupra vieţii subiecţilor, dacă şedinţele de hipnoză îi ajută realmente să evolueze spiritual, ar fi trebuit să deţinem o cazuistică bazată pe asemenea informaţii. Aceste informaţii ne lipsesc însă – nu numai nouă, ci şi din literatura ştiinţifică sau esoterică. Mai mult, nimeni nu şi-a deschis încă o şcoală declarat spirituală bazată pe hipnoză, care să prezinte studii serioase asupra utilităţii hipnozei pe întreg traseul spiritual al subiecţilor săi.

În general, situaţiile selectate din broşura de mai sus pot fi considerate a fi iluminatorii, probabil din următoarele condiţii favorabile:

1. Calitatea spirituală bună a subiecţilor supuşi hipnozei profunde.

- Ce se întâmplă însă cu subiecţii având un fond spiritual şi moral defectuos şi o karmă negativă puternică?

2. Calitatea spirituală bună a hipnotizatorilor (oameni de ştiinţă, cercetători riguroşi, medici dedicaţi etc.) a atras după sine şanse mai mari de succes în experimentele lor, ba chiar descoperiri spirituale remarcabile cu ajutorul subiecţilor hipnotizaţi.

- Ce se întâmplă însă cu practicanţii hipnozei care nu au dreptul divin de a investiga realităţile spirituale superioare? Au ei aceleaşi şanse de a ajuta subiecţii să atingă stări de conştiinţă care le depăşeşte înţelegerea ori suportabilitatea?

3. Intenţiile total pozitive şi deschiderea către sondarea lumii invizibile a ambilor parteneri de experiment.

- Dar oare un hipnotizator care nutreşte în mod obişnuit gânduri josnice (deşi ar putea fi iniţiat în doctrinele esoterice!), care vrea să se folosească egoist de informaţiile obţinute cu ajutorul subiectului (în maniera specifică invocaţiilor magice), care chiar încearcă să îi inducă acestuia sugestii posthipnotice destinate manipulării sale (fie din simpla curiozitate, fie în scopuri meschine), un astfel de hipnotizator ar putea oare vreodată să obţină rezultatele extraordinare descrise în cazurile de mai sus?

Desigur, aceste întrebări retorice conţin deja răspunsul evident: Nu oricine şi nu oricum poate folosi hipnoza în scopuri spirituale. Hipnoza este un simplu instrument, ca şi yoga sau meditaţia, dar depinde pe mâinile cui şi în ce scop este folosit. Şi ar mai trebui să facă ceva omul care se pregăteşte de începerea şedinţei hipnotice: să invoce sincer, din suflet, Forţele spirituale benefice ale Universului, pentru a-i sprijini demersul spiritual, ferindu-l de pericolele nebănuite ce pot deturna experimentul hipnotic!...

NOTĂ: Sofrologia este o tehnică de relaxare înrudită cu hipnoza, în sensul că aduce pacientul într-o stare de conştienţă modificată, superioară. Astfel, pacientul este capabil să se concentreze într-un mod excepţional asupra unei idei precise. Fiind bazate pe tehnicile de autohipnoză, yoga şi meditaţie, tehnicile sofrologiei cuprind exerciţii mentale şi respiratorii, vizualizări şi anumite exerciţii corporale.

14 mai 2012

UNDE E FERICIREA?

«Ţi-a trecut vreodată prin mine că ceea ce numeşti „fericirea mea" este de fapt lanţul tău, închisoarea ta?... Ştii tu ce înseamnă să fii fericit cu adevărat? Să nu fii supărat niciodată, să nu ai teamă niciodată, să nu fii neliniştit, să nu ai conflicte interioare, nici dureri sufleteşti. Niciodată. Asta înseamnă să fii fericit cu adevărat!» (Anthony de Mello, conferinţa „*Redescoperirea vieţii*" [7])

Omul nu îşi poate găsi fericirea pe Pământ. Mereu are prilejuri de regrete, visând la presupuse alternative mai satisfăcătoare. Niciodată sufletul nu îi este plin până la refuz. Cu excepţia unor scurte momente de împlinire, care trec însă imediat, lăsând locul nostalgiei sau aspiraţiei spre mai mult, mai frumos, mai pur. Sau grijii apăsătoare pentru inevitabila lor pierdere, lipsă, furt etc. Satisfacţiile carnale sunt şi ele de scurtă durată, solicitând imediat noi eforturi spre repetarea lor. Dar sufletul cere altceva. Este dornic de armonie nesfârşită şi netulburată, care nu poate fi găsită pe Pământ.

Lipsa fericirii ABSOLUTE, neîncetate, este, prin urmare, starea normală a omului. Şi există un motiv serios să fie aşa: pe Pământ trăiesc entităţi care nu suportă fericirea. Ele fac tot ce pot pentru a împiedica oamenii să fie fericiţi. Se întâmplă acest lucru de atât de mult timp, încât oamenii nici nu-şi pot închipui că ar putea fi altfel.

Fericirea absolută nu poate fi găsită decât aproape de Dumnezeu. Viaţa terestră este doar o haltă în călătoria către Suprema Fericire. Nu trebuie să ne lamentăm, ci să ne stingem invidia, căci nimeni nu este perfect fericit pe acest tărâm efemer. Să ne bucurăm totuşi că Fericirea este posibilă, ba chiar o putem întrezări în unele experienţe. Prin viaţa spirituală căutăm fericirea adevărată. Fără spiritualitate, nici nu putem spera că vom fi vreodată fericiţi cu adevărat. Când prinţul Gautama Siddhartha a înţeles aceste lucruri, a putut deveni Buddha...

Ştiu că ai fi vrut ca fericirea să fie mai uşor disponibilă... Iar Divinitatea pare atât de departe, de neatins chiar, sau poate nici nu există?! În plus, mulţi ţi-au promis că-ţi vor livra fericirea aici şi acum (chiar dacă te-au păcălit). Cum să renunţi la speranţa de a o cunoaşte faţă în faţă, ca într-o întâlnire romantică?! Speranţa moare ultima, ea ne ţine în viaţă, cum am putea trăi fără ea?! Cât eşti tânăr, n-ai altceva de făcut decât să speri, căci ai viitorul înainte... şi crezi că vei deveni absolut fericit şi împlinit cândva. Da, clipe scurte de fericire îţi pot jalona traseul vieţii, din când în când. Doar că sunt scurte, prea scurte... Şi nu se repetă după cum ai vrea, apar mereu complicaţii, condiţiile nu sunt mereu optime, imperfecţiunile omeneşti îţi strică bucuria. Speranţa te ajută să rabzi lipsa fericirii, dar nu ţi-o şi aduce... A visa la ea sau a o evoca nu este o soluţie realistă, ci un paliativ pentru tristeţea Pământului.

[7] https://www.youtube.com/watch?v=OUQoSlrawuA

Cu timpul, capeţi rafinament, te bucuri mai ales de chestiunile elevate, care-ţi provoacă stări sufleteşti deosebite, deşi trecătoare şi ele. Cele mai frumoase şi plăcute sentimente sunt cele legate de spiritualitate, când simţi energiile divine. Oricine se poate apropia, după propriile puteri şi înzestrări, de fericirea angelică – prin fapte cucernice şi generoase, printr-o atitudine pozitivă şi altruistă, prin receptivitate la frumos şi bine, prin gândire înaltă şi preţuirea adevărului... Sfaturi bune găsim pretutindeni.

Dumnezeu nu este undeva, departe, inaccesibil. E aici, în noi, ca şi lângă noi. Dar pe mulţi dintre noi nu ne interesează decât ajutorul Său concret (pomana), prezenţa Sa vizibilă, aspectele Sale materiale. Aici exagerăm. Dumnezeu e ascuns în noi sub forma Spiritului, a Conştiinţei imateriale, delicate, discrete. Aşa ne putem apropia de El fără formalităţi, fără intermediari, fără condiţii. Discret şi delicat. Dumnezeu ne dă întâlnire chiar în Inima noastră spirituală, unde vom găsi adevărata Fericire...

Închipuie-ţi că tocmai ai murit...! Tocmai ai murit...! Ai murit...!

Ce regrete laşi în urma ta?... Exact acelea sunt dorinţele tale cele mai puternice. Lasă-le să se ducă în neant! Nu ai nevoie de ele... Ghemul dorinţelor formează ego-ul. Lasă-l să explodeze în mii de cioburi. Rămâi liber!

Scapi de ego scăpând de dorinţe. Când acesta se dizolvă sau se sparge, în locul său pătrunde instantaneu Tăcerea atotcuprinzătoare. Ea are grijă de tine mult mai bine decât o făcea ego-ul. Lasă-te în seama ei!...

Căutarea fericirii în lucrurile pământeşti continuă în fiecare reîncarnare a Spiritului, dar eşuează mereu. În fiecare viaţă apar noi doruri, noi aspiraţii, care se vor concretiza în ipostazele vieţilor următoare. Universul material nu ne rămâne dator atunci când îi solicităm una sau alta. Un singur lucru nu poate să ne ofere: Fericirea adevărată. Ea ţine numai de apropierea de Dumnezeu, atât a omului (prin rafinarea percepţiilor şi a intereselor), cât şi a Spiritului (prin creşterea experienţei şi purificare).

PERSPECTIVE PSIHOLOGICE

Nu toţi sunt de acord cu spusele mele. De exemplu, psihologul Albert Ellis, exponent de seamă al terapiei cognitive, crede că a găsit motivele nefericirii noastre şi că fericirea va apare imediat ce recunoaştem şi înlăturăm aceste păreri nefondate, dar larg răspândite. Teoria potrivit căreia nu întâmplările care se petrec sunt cauza suferinţei noastre, ci reacţiile noastre - bazate pe credinţe - reprezintă baza modelului formulat de dr. Ellis.

Să vedem care sunt cele trei credinţe iraţionale principale şi universale - cu manifestări diverse - care ne creează tuturor probleme şi pe care Ellis le-a numit „cele trei pretenţii de bază”:

1. O pretenţie legată de propria persoană: „*Trebuie să reuşesc şi trebuie să câştig aprobarea celorlalţi, altfel am dat greş*”. Duce la anxietate, vinovăţie, depresie.

2. O pretenţie legată de ceilalţi: „*Oamenii trebuie să se poarte cu mine aşa cum mi-ar plăcea mie să se poarte - corect, atent, amabil. Dacă ceilalţi nu se comportă astfel, înseamnă că nu sunt buni şi ar trebui condamnaţi şi pedepsiţi pentru acest comportament*”. Duce la furie, comportament pasiv-agresiv, violenţă.

3. O pretenţie legată de lume: „*Trebuie să am ceea ce-mi doresc, atunci când îmi doresc lucrul respectiv şi nu trebuie să primesc ceea ce nu-mi doresc. Este îngrozitor dacă nu reuşesc să obţin ceea ce-mi doresc, iar când se întâmplă acest lucru, e de nesuportat*”. Duce la amânare, „mentalitatea de victimă” şi auto-compătimire.

Care este antidotul pentru aceste principale moduri iraţionale de a gândi? Acceptarea. Acceptarea „realităţii”, indiferent cât de dezagreabilă pare aceasta. Şi mutarea accentului de la orgolioasa *pretenţie* (obligatorie în viziunea noastră) la simpla şi umila *preferinţă*.

Teoriile psihologice sunt utile, pentru că ele punctează foarte exact neputinţele omului. Terapiile cognitive sunt bune pentru că aduc la lumina conştientului o sumedenie de procese inconştiente care ne controlează. Majoritatea demersului meu publicistic este cognitivist – vrea să conştientizeze cititorul în legătură cu mecanismele care rulează în abisurile psihice. Mizez pe puterea sa de a le înţelege, a interfera pozitiv şi conştient cu ele, a colabora sau chiar a le conduce în scopuri total benefice. Dar în ciuda eforturilor psihologiei şi domeniilor conexe ei, oamenii vor rămâne mereu cu slăbiciuni şi calităţi, cu perioade mai bune sau mai proaste, cu sensibilităţi irepresibile, indiferent de faptul că li se va spune că au unele atitudini „iraţionale”.

Psihologul Eric Berne, fondatorul analizei tranzacţionale, spunea: «Oamenii stau într-o hazna până la nas. Dacă le întinzi mâna ca să-i scoţi de acolo, ei vor zice: *Nu, mulţumesc! Doar atât vă rog: spuneţi-le ăstora să nu mai facă valuri!*» (citat de Anthony de Mello)

Psihoterapiile trebuie completate cu practici şi învăţături spirituale. Acestea oferă un sprijin accesibil oricând şi, când sunt învestite cu o credinţă totală, angrenează la maximum puterea autosugestiei. Dar învăţăturile spirituale trebuie interiorizate, trăite personal.

Iată ce spunea un mare înţelept, Omraam Mikhael Aivanhov, despre *pretenţiile* noastre de a atinge fericirea fără a căuta şi înţelepciunea:

«Nu am venit pe Pământ ca evenimentele să se desfăşoare conform dorinţelor noastre (mai ales că dorinţele unora sunt rareori în acord cu dorinţele altora!), ci să învăţăm nişte lecţii din tot, să judecăm, să analizăm şi să descoperim legile ce guvernează creaţia şi creaturile. Fiecare om trebuie să treacă prin nişte încercări în şcolile celeste ca şi în cele umane, de aceea nu trebuie să neglijeze nici un exerciţiu. Chiar şi grijile, necazurile, decepţiile... iată încă o materie asupra căreia el trebuie să lucreze pentru a deveni puternic şi stăpân pe sine.» (”Gânduri pentru fiecare zi: 14 Septembrie”)

30 noiembrie 2012

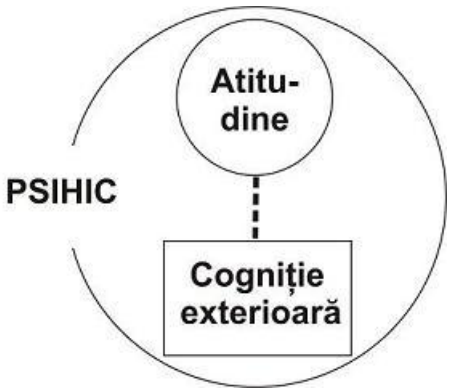
FORMALIZAREA DISONANŢEI COGNITIVE

Scopul lucrării:
- Formalizarea reacţiilor psiho-sociale la apariţia unei disonanţe cognitive.
- Eliminarea ambiguităţilor care acoperă acest termen, chiar şi în literatura de specialitate.

Introducere

Oamenii experimentează deseori fenomenul de disonanţă cognitivă. El constă într-o stare de disconfort psihologic cauzat de existenţa a două *cogniţii* între care subiectul sesizează o inconsistenţă logică.

Disonanţa este o relaţie psihică binară între o cogniţie interioară preexistentă (numită şi atitudine) şi una exterioară (care poate fi un fapt, o idee, un sentiment sau propriul comportament).



Disonanţa cognitivă

În cazul unei obligaţii exterioare, la presiunea mediului social sau natural, disonanţa nu apare, fiindcă, dispărând libertatea de alegere şi acţiune a individului, atitudinea lăuntrică îşi pierde importanţa, este anihilată ca termen al relaţiei binare.

Cogniţiile nelegate între ele sunt irelevante mutual şi nu duc la disonanţă.

ATITUDINILE au trei componente: a) opinii, convingeri mentale; b) credinţe colorate emoţional; c) intenţii comportamentale. Atitudinea are ataşată şi o valoare. O atitudine poate conţine toate cele trei componente sau numai unele, ori poate eventual să facă parte dintr-un complex de atitudini.

Disconfortul poate fi experimentat ca o stare emoţională negativă (anxietate, vină, ruşine, mânie, jenă, stres etc.).

Se consideră că psihicul ce trăieşte o disonanţă cognitivă va tinde să se elibereze de tensiune, alegând o cale rapidă şi activă de reducere sau eliminare a acesteia. Totuşi, uneori acest lucru nu se petrece, psihicul putând alege calea uitării sau ignorării factorilor implicaţi.

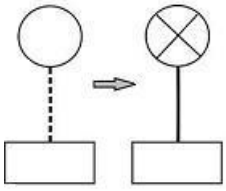
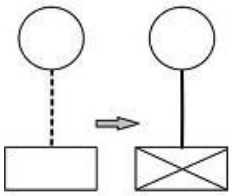
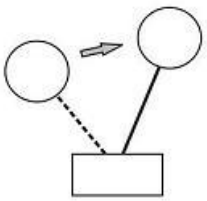
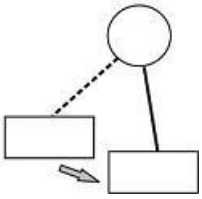
După părerea noastră, *conştiinţa* are mai mult rolul de *declanşare* a reacţiei la disonanţa cognitivă, dar modul de reacţie nu este întotdeauna unul conştient (de aceea, deseori nu putem explica de ce am acţionat într-un anumit fel, de ce credem anumite lucruri etc.). Ba mai mult, deseori reacţiile psihice nici măcar nu sunt catalizate de conştiinţă, ci de inconştientul cognitiv. În teoria clasică a disonanţei cognitive se presupunea că reacţia este absolut conştientă.

Teoria clasică evidenţia doar un anumit mod de reacţie (tipurile III şi IV din schema generală de mai jos), care chiar definea „disonanţa". Considerăm că nu este ştiinţific să definim un concept psihic numai dacă apar anumite manifestări comportamentale. Starea interioară poate exista fără nici un indiciu exterior sau se poate manifesta prin diverse comportamente.

Tipul I de reacţie este neapărat conştient şi considerăm că poate fi, de asemenea, angrenat în cazul unei disonanţe, ca şi tipul II.

De multe ori, disonanţa nu este doar cognitivă, ci cognitiv-afectivă, în atitudine fiind implicat şi factorul emoţional. Când cogniţia exterioară este fondată pe un sentiment, afect, putem vorbi despre o disonanţă afectivă.

CELE PATRU MODURI DE REDUCERE A DISONANŢEI COGNITIV-AFECTIVE

Mod de reacţie	**Îndreptat asupra atitudinii**	**Îndreptat asupra cogniţiei exterioare**
Radical	**I. ADAPTABIL** 	**II. CONSERVATOR** 
Nuanţat	**III. SPECULATIV** 	**IV. IMAGINATIV** 

Explicaţii:

I. Modificarea vechii atitudini conform noii cogniţii exterioare.

II. Respingerea (fără argumente), ignorarea sau uitarea noii cogniţii exterioare.
III. Adoptarea unei noi atitudini consonantă cu cogniţia exterioară, lăsând neschimbată vechea atitudine.
IV. Înlocuirea noii cogniţii exterioare cu o alta care consonează cu vechea atitudine.

Acestea sunt moduri generale, aplicabile în orice situaţie, indiferent de adevărul obiectiv. Astfel:

- Modul I poate fi considerat fie REALIST, când omul îşi adaptează atitudinea realităţii obiective, fie CREDUL, când omul este manipulat să îşi schimbe opinia. Este modul ADAPTABIL
- Modul II poate fi al celui OBTUZ, dar şi al celui care nu se lasă influenţat uşor. Este modul CONSERVATOR
- Modul III poate fi găsirea „ţapului ispăşitor", dar şi al unei inteligenţe speculative binevenită în situaţii critice. Este modul SPECULATIV
- Modul IV indică, de asemenea, inteligenţă, dar şi o posibilă fugă de realitate, tendinţa de auto-halucinare, de înlocuire a realului cu propria fantezie. Este modul IMAGINATIV

Adoptarea modurilor I şi II presupune o miză emoţională (disonanţă) mai mică, dar nu este deloc o regulă.

Adoptarea modurilor II şi IV presupune o miză emoţională şi instabilitate (disonanţă) mai mare, dar nu în orice situaţie.

Se poate face o corelaţie cu cele patru umori hipocratice, după cum urmează:

I. ADAPTABIL – SANGVINIC
II. CONSERVATOR – FLEGMATIC
III. SPECULATIV – COLERIC
IV. IMAGINATIV – MELANCOLIC

Rămâne de studiat dacă fiecare dintre cele patru tipuri umorale are vreo preferinţă pentru modul de reacţie corespunzător analogiei de mai sus.

Mai putem face observaţia că din punctul de vedere al cunoaşterii:
- Modul I este favorabil învăţării, ştiinţei, raţionamentelor.
- Modul III şi IV este specific argumentaţiei pseudo-ştiinţifice, sofismelor.

Pentru verificarea şi aplicarea schemei celor patru moduri de reducere a disonanţei congitiv-afective, vom lua câteva exemple posibil reale. Evităm menţionarea experimentelor psihosociologice, din cauza caracterului lor artificial. Rolul exemplelor este de ilustrare concretă a celor 4 moduri naturale şi de argumentare a inexistenţei vreunui al

cincilea mod de reacţie psihică. Odată acceptat acest lucru, schema poate fi utilizată în scop didactic sau ştiinţific, pentru definirea mai clară a disonanţei cognitiv-afective şi pentru mersul înainte al cercetărilor în domeniul psihologiei sociale.

Astfel, fiind obligaţi într-o cercetare ştiinţifică să studiem *aprioric* reacţia oamenilor la o disonanţă, fie putem înşira toate variantele care ne vin în minte, fie putem proceda analitic, pe baza schemei generale - găsind în primul rând cele 4 moduri de bază, în cadrul cărora se vor exprima nenumărate variante personale.

În general, ne vom obişnui să privim orice provocare psihologică ca având patru reacţii total diferite simultan posibile, nu doar cea pe care am alege-o noi, lărgindu-ne astfel capacitatea de empatie şi de înţelegere a semenilor.

EXEMPLE DE APLICARE A CELOR 4 MODURI DE REACŢIE LA DISONANŢA COGNITIV-AFECTIVĂ

Subliniem de la început: nu vom evalua cele patru moduri de reacţie în funcţie de adevărul obiectiv, de normele morale şi nici după standarde de sănătate mintală, ci doar ca mod de reacţie psihică. Mecanismele de apărare ale egoului (atitudini emoţionale) - care păzesc elemente ale conceptului de sine precum „Sunt o persoană bună" sau „Am luat decizia bună" - pot genera reacţii neaşteptate la semenii noştri. O persoană poate oscila între două sau mai multe moduri de reacţie, eventual adoptându-le pe rând, în funcţie de context şi dispoziţie.

Exemplul 1: *Cogniţia exterioară tip IDEE cu accente emoţionale*
FUMATUL PROVOACĂ CANCER PULMONAR

Pus în faţa acestei evidenţe statistice, fumătorul are cele patru căi de a reacţiona.

I. Renunţă la fumat, îşi schimbă atitudinea (intenţia comportamentală)	II. „Bunicul a fumat până la 90 de ani." „Nu cred în statistici."
III. „Eu practic sport, ceea ce îmi menţine plămânii sănătoşi. Poate că voi renunţa, dar mai spre bătrâneţe."	IV. „Fumatul mă ajută să mă concentrez." „Fumatul împiedică îngrăşarea."

Exemplul 2: *Cogniţia exterioară tip FAPT*
SFÂRŞITUL ANUNŢAT AL PLANETEI NU A MAI AVUT LOC

O sectă ufologică prevestea, prin vocea profetesei lider, că omenirea se va sfârşi prin inundaţii catastrofale la o dată exactă şi numai membrii sectei vor fi salvaţi de navele extraterestre. Ca urmare, adepţii şi-au vândut proprietăţile şi s-au retras pe un deal, rugându-se să fie salvaţi. A

doua zi, nepetrecându-se evenimentul anunţat, s-a constatat că doar doi dintre adepţi au părăsit secta, ceilalţi justificând că rugăciunile lor au schimbat destinul planetei.

Plecând de la acest fapt real, putem extrapola reacţiile posibile într-o altă situaţie similară.

I. Pierderea credinţei în profet	II. „A fost doar un test de credinţă, nu neapărat o profeţie.”
III. „Rugăciunile noastre au salvat planeta.”	IV. „A fost o greşeală de calcul a datei, dar pericolul rămâne.”

Exemplul 3: *Cogniţia exterioară tip COMPORTAMENT*

DOUĂ MAGAZINE APROAPE IDENTICE

Să presupunem că există două magazine identice ca profil şi atractivitate pentru clienţi. Într-unul dintre ele ne este mai comod să intrăm, fiindcă este cu 3 metri mai aproape de drumul nostru zilnic. Disonanţa poate apare în momentul când cineva ne întreabă: „De ce nu vizitezi şi celălalt magazin?”

I. Conştientizez că din cauza comodităţii. Eventual decid să îl vizitez, măcar din curiozitate.	II. „Te-au plătit cumva patronii să le faci reclamă la celălalt magazin?”
III. „Ocolesc acel magazin pentru că are multe neajunsuri, faţă de primul magazin.”	IV. „Dar am impresia că am intrat şi în acel magazin de câteva ori.”

Exemplul 4: *Cogniţia exterioară tip IDEE fără accente emoţionale*

LA POLUL NORD ESTE O GAURĂ DE ACCES SPRE INTERIORUL PĂMÂNTULUI

În mass-media se face propagandă ideii că Pământul are la Polul Nord o gaură prin care se poate intra în interiorul planetei. Ce părere ai?

I. „De ce nu? Multe adevăruri sunt ţinute secrete.” „Voi explora personal Arctica, pentru a afla adevărul.”	II. „Ce, se terminaseră ştirile de scandal şi nu se mai vindeau ziarele?!”
III. „E problema savanţilor. Ei să verifice!”	IV. „Dacă era o astfel de gaură, s-ar fi aflat până acum, nu-i aşa?”

Exemplul 5: *Cogniţia exterioară tip FAPT*

MAGICIANUL JOHANNES

Magicianul român Johannes realizează numere spectaculoase în faţa unei audienţe luate pe nepregătite (pe stradă sau în locuri de socializare). Reacţia oamenilor (surprinsă de camerele video) este diferită.

I. „Asta e magie adevărată!”	II. „Ptiu, drace!” şi o ia la fugă.
III. „E un truc!”	IV. „M-ai hipnotizat să văd asta!”

Exemplul 6: *Cogniţia exterioară este fondată pe un AFECT*

Ai o căsnicie mulţumitoare. La serviciu apare un coleg nou de sex opus, faţă de care începi să nutreşti un sentiment afectuos. Apare un conflict între morală şi „inimă”. Cum reacţionezi?

I. „Căsătoria e o închisoare, dar eu sunt un om liber să iubesc pe cine vreau!”	II. „Nu voi păcătui nici cu gândul.”
III. „Puţină distracţie îmi va reîmprospăta relaţia cu soţul(ia).”	IV. „Admir o anume calitate la colegul(a), dar asta nu e iubire adevărată.”

25 mai 2009

FORUM DE PSIHOLOGIE TRANSPERSONALĂ

În perioada iunie 2005 – martie 2006 am făcut câteva schimburi de opinii pe un forum românesc de psihologie transpersonală [8]. Iată aici câteva mai interesante, pe următoarele teme:

SECTELE ŞI PSIHOLOGIA TRANSPERSONALĂ
DIZOLVAREA EGO-ULUI
DUPĂ CE O SĂ VĂ FIE DOR CÂND O SĂ MURIŢI?

CE ESTE PSIHOLOGIA TRANSPERSONALĂ?

Este considerată cea de-a patra forţă în psihologie, ca o evoluţie naturală a psihologiei *umaniste*, înglobând şi câteva elemente din precursorii umanismului: *psihanaliza şi cognitiv-behaviorismul*. Între domeniile studiate de ea sunt: stările de conştienţă modificată; practici şi experienţe din religiile lumii şi tradiţiile esoterice; procesul de împlinire a Sinelui; transformările şi evoluţia conştiinţei; arta transpersonală - simboluri şi arhetipuri; maturizarea şi optimizarea personalităţii; psihoterapia transpersonală şi consilierea spirituală; abordări transpersonale în educaţie; creativitatea, empatia şi intuiţia spirituală; experienţele mistice şi arhetipale; psihologia meditaţiei. Modelele şi teoriile psihologiei transpersonale nu rezultă din cercetarea bolilor psihice, ci pun accent pe experienţele omului sănătos, matur, care doreşte să îşi activeze toate capacităţile latente ale fiinţei sale. Pentru această orientare psihologică, Eul obişnuit, format prin interacţiunea cu elementele sociale şi culturale, reprezintă doar o manifestare a „ceva" mult mai larg şi profund, care constituie de fapt esenţa fiinţei umane (Sine, Self, Atman, Lumina, Spirit).

SECTELE ŞI PSIHOLOGIA TRANSPERSONALĂ

RĂZVAN:

Apărută din nevoia de recunoaştere ştiinţifică a stărilor modificate de conştiinţă şi altor fenomene conexe, psihologia transpersonală ajută la integrarea „paranormalului" în sfera „aproape normalului". Spre deosebire de grupările religioase, ea lasă libertate totală individului, în acelaşi timp informându-l complet şi obiectiv despre domeniul delicat al spiritului. Dacă psihologia transpersonală ar deţine un corp iniţiatic, ar transforma-o în cea mai prestigioasă organizaţie spirituală, putând chiar deveni precursoarea unei religii universale. „Slăbiciunea" ei provine tocmai din faptul că nu se doreşte o religie, nici măcar o sectă... Sectele

[8] http://groups.yahoo.com/group/transpersonalRO/

au iniţiativă şi creativitate în atragerea căutătorilor spirituali. Ele continuă să fie o sursă importantă de informaţii primare, de trăiri mistice, paranormale, preluate ulterior de „inteligenţia" transpersonalistă. Psihologia transpersonală nu poate face abstracţie de sectele zilei. Ele îi sufocă personalitatea, îi subminează importanţa şi o penetrează prin membrii lor, mulţi şi fanatici...

CAMELIA:

De multe ori am avut impresia că pe acest forum mai mult se susţin anumite convingeri religioase, cu îndemnuri la aderare, decât se dezbat în termeni psihologici anumite subiecte, evenimente etc. Psihologia transpersonală nu are un limbaj specific prin care toţi membrii să se înţeleagă şi să înţeleagă ce se comunică, indiferent din ce comunitate religioasă fac parte ? Dacă poţi să mă lămureşti îţi sunt recunoscătoare !

RĂZVAN:

Puneţi doi adepţi din secte sau orientări religioase diferite să discute despre spirit şi veţi vedea că, deşi pot fi de acord, în principiu, cu noţiuni esenţiale spirituale, nu se vor înţelege unul cu altul, iar dialogul lor va deveni curând fie unul al surzilor, fie o ceartă în toată legea. Abordarea raţională, obiectivă a subiectelor spirituale este un lucru rar, iar şcoala de gândire transpersonalistă este un podium pe care pot urca împreună toţi cei interesaţi, în armonie intelectuală. Dar domeniul spiritual implică, chiar în mai mare măsură, latura psiho-afectivă, subiectivă. Chiar tehnicile meditative sunt profund subiective. Oare cum ai putea contrazice pe cineva care mărturiseşte că a atins iluminarea, că a avut o revelaţie, o trăire beatifică etc.?! Ne aflăm pe un teren alunecos şi plin de capcane.

Iar cea mai mare capcană sunt aşa-zişii lideri spirituali, care actualmente au inundat lumea în căutare de glorie efemeră, de semeni creduli pe care să îi exploateze în interes personal (are balta peşte!), şi chiar de a deturna credinţa sinceră în divinitate către false imagini ale sfinţeniei. Îşi răspândesc în jur otrava intenţiilor maladive prin fiecare discipol, infestat la rândul sau, încât devine neclar dacă adeptul este o victimă sau un călău...

Revenind la începutul acestui mesaj... fiecare grupare spirituală îşi îmbracă adeptul într-un anume tip de energie psihică. Înainte de orice dialog verbal, întâi intră în contact aceste energii trans-umane, care pot fi compatibile sau nu. Nu mă refer la personalitatea sau la aura individuală, ci la „marca" energetică a grupului din care fac parte. Există procedee speciale de amprentare energetică a discipolilor unui grup esoteric, folosite intens de liderii de culte. Poate că revine ca sarcină cercetătorilor independenţi de anvergură din şcoala transpersonalistă să demaşte aceste „secrete subtile morbide" prin studiul mărturiilor actualilor şi foştilor membri, sau folosind calităţile supramentale proprii. Ori, poate că nu e treaba lor?!

* * *

RĂZVAN:

Cătălin, iată traducerea materialului propus de tine, sperând că va folosi, poate, cuiva... *(vezi mai jos)*.

Cred însă că lucrurile sunt mai complicate. Cunosc un caz al unui tânăr, B., care se plânge de tulburări psihice. A mărturisit că urmează de câţiva ani nişte cursuri de meditaţie prin internet, de care este foarte încântat. Terapeutul i-a recomandat să facă sport, plimbări prin natură, să ducă o viaţă normală, fără obsesia evoluţiei spirituale, şi mai ales să renunţe la meditaţii, dar s-a lovit de refuzul hotărât al tânărului. E dispus să dea vina pe orice şi oricine pentru tulburările sale psihologice, numai pe acele meditaţii, nu.

Meditaţia nu este un panaceu universal, ci practicată îndelung poate fi o armă auto-distructivă. Sigur că uneori pot apare şi beneficii, dar nu la oricine şi în orice condiţii, cum se face reclamă. În principiu, e nevoie de o supervizare din partea unui psiholog neutru sau a unui învăţător spiritual autentic. Dar cine mai are astăzi timp de asemenea fineţuri? Părerea mea este că nu există nici o condiţionare reciprocă între tehnicile meditative şi evoluţia spirituală, din considerente medical-statistice şi conceptual-teologice (în sens larg), dar asta este o altă discuţie...

Analizând mai profund cazul tânărului B., terapeutul a ajuns la concluzia că acesta era agresat psihic de un grup de iniţiaţi care îi foloseau pe naivii cooptaţi prin internet pentru a-şi duce la îndeplinire obiective de influenţare malefică a societăţii. Îngrijorător este că bolnavul B. nu numai că nu bănuia şi nici n-a acceptat o asemenea idee, dar chiar era încântat de stările meditative „plăcute, energizante, de expansiune a conştiinţei, resimţite de fiecare dată când asculta o anumită casetă, într-un ambient relaxant şi eliberat de stres”... Iată deci că diavolul se pricepe foarte bine la inducerea stării de fericire iluzorie... Aş parafraza zicala „până la Dumnezeu, te mănâncă sfinţii” spunând că „până sus, la Sine, te mănâncă spiritele joase”, însemnând că asupra minţii, devenite mult mai sensibile şi vulnerabile prin meditaţie, se exercită o mare presiune psihică din partea entităţilor inferioare, agitate şi perverse. Scapă cine poate...

CUM SĂ STABILEŞTI DACĂ O SECTĂ, GRUP, CULT CONTROLEAZĂ GÂNDIREA MEMBRILOR SĂI? [9]

«Următoarele semne de avertizare vă pot ajuta să decideţi dacă o sectă, grup, cult poate fi distructiv şi dacă ar trebui să vă faceţi griji în privinţa vreunui prieten, coleg, iubit care este implicat în aşa ceva. Tacticile sectare de mai jos sunt dăunătoare pentru individ şi societate întrucât ele scad discernământul şi empatia, care sunt indispensabile pentru a lua decizii personale şi sociale corecte.

Iată atributele comune sectelor potenţial periculoase:

[9] http://www.factnet.org

- Liderul este suprema autoritate în toate problemele, fiind descurajată orice încercare de a apela la o altă părere din afara sistemului.
- Chiar dacă liderul delegă unele puteri câtorva subordonaţi, o face pentru a le demonstra celorlalţi că membrii aderă de bunăvoie la ideile şi dorinţele sale.
- Liderul îşi atrage exclusiv asupra sa dragostea şi devoţiunea adepţilor.
- Liderul se auto-proclamă drept un Mesia, cu o misiune specială în această viaţă.
  N.T.- Sub pretextul venerării lui Dumnezeu sau unui set de principii morale, el se declară unica şi suprema autoritate pământeană aptă să-i călăuzească spre acestea.
- De obicei, liderul este carismatic, hotărât şi dominator. Îşi convinge prozeliţii să se îndepărteze de familie şi prieteni, să-şi abandoneze slujbele şi cariera, pentru a merge pe calea lui. Ulterior, el preia nestingherit controlul posesiunilor, banilor şi vieţii adepţilor.
- Secta tinde să controleze în totalitate comportamentul membrilor. Ea le va dicta ce să poarte, ce să mănânce, când şi unde să muncească, să doarmă, precum şi ce să creadă, să gândească, să spună, comportamentul familial, casnic şi in privinţa relaţiilor sexuale.
- Secta impune o dublă morală. Membrii sunt îndemnaţi să fie deschişi şi oneşti în cadrul grupului, obedienţi la regulile sectei şi să se mărturisească liderului. Pe de altă parte, sunt încurajaţi să nu le spună prea multe despre grup, chiar să-i mintă şi să-i manipuleze pe cei din afară, pe non-membri.
- Secta are două scopuri de bază reale: recrutarea de noi membri şi strângerea de fonduri. Chiar dacă pretinde că secta are o contribuţie socială, aceasta, dacă există, este numai de faţadă. Adevăratul scop este să crească prestigiul şi, adeseori, averea liderului şi apropiaţilor săi.
  N.T.- Fiecare membru este un vector de atragere a altora noi; chiar şi o banală discuţie este transformată într-un apropo despre “binefacerile” sectei.
- Secta se arată a fi inovatoare şi exclusivă. Liderul pretinde că a rupt-o cu tradiţia, oferind ceva nou şi instituind UNICUL sistem valabil pentru rezolvarea problemelor personale şi suferinţelor lumii întregi. Acestea sunt doar fraze goale, demagogice, secta folosind de fapt metode de coerciţie psihologică şi control al gândirii adepţilor (aşa zisa “spălare a creierului” –N.T.), care le inhibă capacitatea mentală de a valida obiectiv pretenţiile liderului şi ale sectei.»

DIZOLVAREA EGO-ULUI

CĂTĂLIN:

Despre meditaţie am o părere complexă. În general, nu e vorba numai de meditaţie, ci de întreg sistemul de spălare a creierului şi condiţionare în care intră individul. El ajunge să adere manipulat fiind la un mod de gândire ce nu îi este firesc. Este o formă de „cultură” ce intră în contradicţie cu libertatea sa interioară, cu nevoile reale de progres interior, de care nu ţine nimeni cont, şi cu morala, cultura oficială, ce este aşezată la un nivel mai profund al psihicului decât nişte lucruri auzite ieri. În felul acesta avem o sursă suplimentară de conflicte interioare.

Apoi, meditaţia presupune punerea în paranteză a ego-ului. Pe un model de inspiraţie orientală, ego-ul trebuie dizolvat, ars, este “sursa

suferinţelor”. Lucrul ăsta conduce la diminuarea stimei de sine a individului, depersonalizare, cu un disconfort esenţial.

Apoi, tehnic vorbind, omul rămâne fără apărare în faţa forţelor Inconştientului, care este un rezervor de trăiri de tot felul, unele periculoase, fascinante şi acaparatoare atunci când individul nu este pregătit şi nu are nici asistenţa pentru a le integra.

Meditaţia este şi ea o ştiinţă şi trebuie condusă cu atenţie, pricepere şi interes real faţă de cel îndrumat, feedbackul nu trebuie să lipsească şi trebuie să fie în cunoştinţă de cauză. Iar atunci când sunt semne că nu merge, procesul trebuie oprit la timp sau acordat un respiro necesar.

Problema noastră este că ne comportăm ca şi cum am şti ce există în inconştient şi, de fapt, nu prea avem habar, ne folosim de nişte teorii şi uităm să ţinem cont de diferenţele interpersonale.

Nu toată lumea se ţăcăneşte obligatoriu într-o sectă, doar cei mai sensibili şi mai predispuşi. Ceilalţi pot deveni exponenţii unui mod de gândire mai bizar, împrumutat şi neconform cu societatea din care fac parte. Ca în cazul oricărui sistem de credinţe, o analiză a unui astfel de sistem de gândire poate identifica paralelisme inclusiv cu delirul psihotic, cu precizarea că, în cadrul religiilor, crezul respectiv beneficiază de o largă acceptare socială şi, astfel, se încadrează în sfera normalităţii. :))

RĂZVAN:

Despre dizolvarea ego-ului, cred că e vorba despre o neînţelegere în împrumutul concepţiilor orientale. Ego-ul nu poate fi dizolvat, fiindcă el reprezintă fiinţa noastră umană. Ego-ul poate fi doar purificat, pentru a intra mai uşor în rezonanţă cu centrul spiritual al fiinţei. EGO-UL NU POATE ŞI NICI NU TREBUIE SĂ FIE DISTRUS, CI DOAR PURIFICAT...! Cu alte cuvinte, este vorba de sporirea transparenţei structurilor mentale, de conexiunile ultrarapide şi neblocate dintre Spirit, minte astrală şi minte grosieră... Iar căi pentru a reuşi aceste lucru sunt nenumărate şi nu neapărat ascetice.

Am toată consideraţia pentru exemplele luminoase ale celor care au întrezărit o frântură din măreţia Spiritului. Ele sunt o oază de speranţă şi binecuvântare. Certitudinea paradisului interior este un cadou nepreţuit pentru noi de la acei semeni care au primit graţia extazului mistico-religios. Nu pot însă să nu separ experienţele sublime personale de pedagogia spirituală. Dacă e adevărat că starea de plenitudine şi dizolvarea barierelor individuale descriu veridic o astfel de experienţă metafizică, totuşi a prescrie imperativ „distrugerea ego-ului” ca metodă mi se pare o atitudine hazardată. De ce spun asta?

Pentru că, din rigoare, nu trebuie să inversăm cauza cu efectul – cauza fiind răpirea în duh, extazul, iar efectul, non-dualismul. Gândindu-te metodic că „eu sunt celălalt”, că „eu nu exist”, că „eu sunt universul”, că „eu sunt Dumnezeu” şi alte asemenea formule de autosugestie, îţi produci cu certitudine un dezechilibru mental. Oare ai vreo garanţie că această ieşire din normalitate te propulsează spre un nivel superior de

conştienţă, supraomenesc?! Mă îndoiesc. Avem, în schimb, statisticile seci ale stabilimentelor psihiatrice, unde alunecă unii prea temerari alpinişti spirituali...

Nu este deloc clar ce este EGO-ul, iar asta lasă loc la interpretări cât se poate de diferite şi fanteziste. Deseori, sub pretextul distrugerii acestuia, asistăm la mutilări psihice, îndoctrinări fanatice, fapte reprobabile, manipulări ale conştiinţelor captive în unele grupuscule cu pretenţii taumaturgice. Este de înţeles cineva care a avut o iluminare autentică şi încearcă mereu să evoce acea stare de graţie. Cu totul altceva se întâmplă cu cel care înghite pe nemestecate diverse poveşti spirituale, dorind să le reproducă în propria viaţă, cu orice risc şi fără a fi pregătit...

DIN:

Mă simt obligat să clarific extrem de scurt cum e cu ego-ul şi cum e cu experienţa de a nu fi identificat 100% cu corpul fizic. Newberg şi d'Aquilli au publicat mai multe articole pe tema aceasta şi pe d'Aquilli îl puteţi vedea în cel mai bun DVD despre cum este viaţa organizată etc., cu titlul „What the Bleep do we know?"

Ce este ego-ul? Este reprezentarea mentală a corpului fizic, care este construită din impulsurile aferente ale informaţiei celor 5 simţuri, care sînt unite în structura neurală parietală stînga, care se consideră că ar fi responsabilă pentru percepţia de a fi ceva solid, material, adică o persoană... Cei doi cercetători au dovedit, prin poze luate cu Pet Scan în creierele care meditau, că meditaţia dezactivează această zonă, aceasta ducând la diminuarea percepţiei „fizice" materiale a corpului fizic, şi de aici că trăirile mistice de Uniune cu Universul nu sînt aberaţii şi halucinaţii mentale, ci sunt pur şi simplu trăiri subiective!

Psihiatria a patologizat această experienţă şi a încercat să o explice prin „gânduri distorsionate", dar aceasta nu este adevărat din punctul de vedere al neurologiei, care a dovedit că senzaţia de ego, de corp fizic se asamblează în creier în această zonă parietală inferioară stângă, şi de aici concluzia că Creierul uman este construit „din fabrică" pentru a avea această trăire, experienţă, care NU este halucinaţie ori gând distorsionat, ci pur şi simplu o realitate subiectivă! Şi din această perspectivă ar însemna că misticii, adică cei care şi-au însuşit arta meditaţiei, ar avea o dezactivare a acestei zone, zona ego-ului!

Mult timp s-au stigmatizat misticii ca fiind bolnavi de epilepsie, deoarece transele mistice semănau cu atacurile epileptice, dar să sperăm că avansarea neurologiei şi neuropsihologiei va face lumină în aceste lucruri.

DUPĂ CE O SĂ VĂ FIE DOR CÂND O SĂ MURIŢI?

RĂZVAN:

În legătură cu chestiunea pusă în discuţie de Ştefan, şi anume care este răspunsul nostru la întrebarea: *„După ce o să vă fie dor când o să muriţi?*", vă propun spre lectură şi opinia mea.

Ţinând cont de mărturia unor spirite dezîncarnate, foarte fericite că au scăpat de sub carapacea materiei, putem spune că toate spiritele au o anumită nostalgie după PUTEREA DE ACŢIUNE ÎN PLAN FIZIC, pe care o aveau când erau încarnate în fiinţe umane. Un spirit dezîncarnat înalt cunoaşte, într-adevăr, starea de libertate absolută, dar constată că nu mai are aproape nici o influenţă decisivă asupra mersului vieţii pe Pământ. Singurul ajutor pe care îl poate da oamenilor este unul indirect, prin sfaturi sau influenţe mentale benefice – din păcate, de prea multe ori ignorate de omul care le primeşte.

Prin urmare, după ce voi muri, cred că voi regreta faptul că nu am acţionat suficient de puternic şi benefic în slujba semenilor mei. Şi îmi va fi un dor etern de forţa de impact direct şi imediat în viaţa oamenilor, spre binele, spre luminarea, spre ajutorarea lor. Ca spirit liber, voi avea limite clare în acest sens.

De aceea geniile, persoanele cu mare importanţă socială benefică sunt primite după moarte cu toate onorurile în lumea spiritelor, unde capătă un rang foarte înalt – pe măsura faptelor lor pozitive în slujba semenilor. Dacă cineva vrea să se mântuiască în Viaţa de Apoi, să scape de chinurile reîncarnărilor succesive, să se apropie de Dumnezeire... calea este să se pună în slujba oamenilor şi a lui Dumnezeu, oricât de modestă ar fi această servire. Din acest punct de vedere, cei mai norocoşi sunt medicii adevăraţi, preoţii adevăraţi, cei cu funcţii de răspundere pentru destinele oamenilor, căci au şansa să-şi dovedească marea utilitate pe Pământ.

Experienţele transcendentale, paranormale, pe care eventual le-am trăit, vor fi fără folos spiritual dacă nu vor avea această urmare practică. Din contră, cine a primit o asemenea iluminare capătă o responsabilitate mult mai mare faţă de semenii săi, pentru că el ar trebui să fie o unealtă divină eficientă, şi va fi judecat mult mai aspru de propria conştiinţă dacă n-a pus în aplicare directivele spirituale când a trăit ca om pe această planetă.

RĂSPUNSURI ACORDATE CITITORILOR

- extrase din corespondenţa autorului Răzvan Petre -

NU CITEŞTI POEZIE PRIVIND LA ŞTIRI

LIDIA:

Vă trimit un text care mie îmi este foarte drag, a lui Sri Chimoy. Textul face parte dintr-un volum de conferinţe ale acestui Maestru al Păcii Interioare, nepublicate încă la noi în ţară. Mă gândesc că poate vă ajută în propria voastră căutare de Sine, aşa cum m-a ajutat şi pe mine, în momentele importante ale vieţii!

Dacă vrei să te eliberezi
De obstacolele ignoranţei,
atunci iubeşte neobosit inocenţa şi
puritatea Inimii tale!...

Când te rogi,
gândeşte-te la un Copil
care s-a pierdut şi cere ajutor...
Când meditezi,
gândeşte-te la o floare a dimineţii
care zâmbeşte,
iradiindu-şi frumuseţea şi
oferindu-şi, necondiţionat, parfumul!...

În acest fel poţi să te împrieteneşti
cu Sufletul tău şi
să zbori infinit de mult mai sus
decât limitele gândirii...

Sufletul Omului este mai mare
decât Soarta lui...
Nimeni nu poate atinge Raiul
dacă nu trece prin iad...

Totul poate fi făcut dacă
Atingerea lui Dumnezeu
este acolo...

Oh, desigur, într-o zi va veni la plânsul nostru,
El, Acela, care este Iubirea fără de sfârşit!
El, Acela care ni s-a dăruit pe Sine!
El , Acela care este tot ce există!

Sri Chinmoy

RĂZVAN:

Da, iată un text extraordinar de plin cu căldură divină. Frumos ca exprimare, puternic încărcat emoţional, modelator spiritual... Un exemplu de modul cum se poate trimite o binecuvântare prin cuvântul scris. Fie să avem parte doar de astfel de lecturi elevate!

DELPHINMAN:

Foarte frumoase rânduri, într-adevăr, cu multă încărcătură poetică. Însă, ca un simplu diletant ce sunt în domeniul spiritual, recunosc, nu pot diferenţia între realitate şi autoiluzionare, între lucruri aşa cum sunt şi aşa cum aş/am vrea să fie. Simpla folosire a unor cuvinte ca: inocenţă, evitarea ignoranţei, puritatea inimii, zbor mai sus ca gândirea, zâmbetul unei flori.. etc. pot constitui capcane ale unei interpretări iluzorii a ceea ce se întâmplă în jurul nostru. Părerea mea!

Sigur că trebuie să ţintim spre valori pozitive şi general valabile, dar autoimpunerea unei trăiri onirice, cosmetizate şi transfigurate a realităţii, nu ne este de nici un folos.

Foarte probabil că natura umană este una de la sine bună, dar călugării buddhişti din Burma sunt bătuţi şi omorâţi în aceste zile, iar mass-media de la noi, după ce a exploatat ineditul momentului, a abandonat ştirea. Iată o contradicţie!

E foarte uşor să ne imaginăm credincioşi, buni la suflet, darnici, iubitori de semeni. Cum se spunea mai demult, practica ne omoară! La propriu! :)

RĂZVAN:

Nu poţi citi o poezie privind la Ştiri. Nu trebuie să pierdem din vedere dimensiunea sacră, mistică, din teama de realitatea imediată. O poezie se citeşte în altă stare de spirit decât atunci când priveşti dramele şi tragediile umane.

Poezia este transfigurare, altfel ea ar fi doar o descriere. Pe de altă parte, realitatea nu este doar cea materială, vizibilă. Deci, poate că şi transfigurarea ne ajută să intuim o altă realitate ascunsă, mai diafană.

Viaţa concretă este dură, şi de aceea partea raţională a minţii este agresivă. Dar frumuseţea nu se poate măsura, ci se simte, se trăieşte cu partea intuitivă a minţii. Când vrei să delimitezi clipa de fericire, ai făcut-o să dispară din viaţa ta. Precum un vis pe care, cu cât încerci mai tare să ţi-l aminteşti, cu atât îl pierzi, definitiv.

Sunt mulţi maeştri ai metaforei care doar învârt cuvinte, dar cel care a scris această poezie vrea să ne transmită o stare specială pe care el a trăit-o, şi maeştrii lui au trăit-o, deci este o realitate, nu imaginaţie. Din păcate, prea puţini dintre noi o simţim în mod obişnuit, dar asta nu-i diminuează obiectivitatea. Termenii poetici precum „puritatea inimii”, „zbor mai sus decât gândirea”, „atingerea lui Dumnezeu”, ca să nu menţionez decât cele scrise de autor, sunt cât se poate de adevărate şi concrete, nu autosugestii. O spun toate tradiţiile spirituale ale lumii...

Dar acest tărâm trebuie abordat cu sensibilitate, cu fineţe, cu sfială chiar. Altfel, dispare ca un abur.

Sunt de acord că transfigurarea realităţii imediate – ca „tehnică" de evoluţie spirituală - este o autohalucinare, contraproductivă în privinţa integrării în mediu. Ca dovadă, cei care o practică fără discernământ (fiindcă aşa sunt învăţaţi de „guru"), ca mersul pe bicicletă, ajung să confunde realitatea cu proiecţiile lor mentale. Nu dăm nume..., dar sunt printre noi.

Nu sunt sigur că natura umană este bună de la sine. Ea este inconştientă moral şi manipulabilă. Cred mai degrabă că ea este modelată, printre altele şi în primul rând, de Spiritul-Sine transcendent care o animă.

Putem fi buni şi corecţi în conduita aparentă, dar în interior să fim un vulcan de tendinţe contradictorii. Sau ne putem închipui că suntem buni, dar să nu fim şi nici măcar să părem aşa. Trebuie să lucrăm mult cu noi înşine, până la eliminarea completă a răului lăuntric, şi atunci Poezia Lumii ni se va revela de la sine, fără eforturi intelectuale. Aşa cum i se arată lui Sri Chinmoy...

Octombrie 2007

GÂNDURI DE SINUCIDERE

ANAMARIA:

Sunt din Bucureşti, căsătorită, am 2 fete. Simt că nu-mi mai pot gestiona viaţa. Greşelile, poate chiar păcatele trecutului îşi cer tributul. Nu ştiu dacă aş fi fost bună la acrobaţie, dar în viaţa de zi cu zi m-am comportat ca şi cum aş fi fost pe o frânghie subţire, aplicând doar metode superficiale pentru rezolvarea problemelor cu care mă confruntam, cu grijă de a nu cădea de pe frânghie sau nu cumva aceasta să se rupă sub mine. Sunt obosita şi epuizată; mă bântuie gânduri de sinucidere, dar mă opresc, gândindu-mă că ar fi o dovadă de laşitate: cum să las pe umerii fetelor mele problemele mele personale şi nemulţumirile care mi-au bântuit sufletul atâţia ani?

Am nevoie să vorbesc cu cineva. Cred în Dumnezeu cu toată fiinţa mea. Dar parcă şi EL şi-a închis uşa în faţa mea. Îmi este ruşine că, la vârsta mea, scriu asemenea rânduri, dar am nevoie de ajutor.

RĂZVAN:

Dumnezeu nu-şi închide uşa în faţa nimănui, niciodată. Însă uneori trecem prin momente în care ne înconjoară întunericul şi nu mai vedem Lumina LUI. Sunteţi într-un nor care va întunecă gândurile. Nu acceptaţi gândurile de sinucidere, fiindcă nu vă aparţin, ci vin de la spiritele întunericului, care vă dau târcoale. Vă cred că vă este greu, dar vreau să vă spun ceva. Omul resimte acest „greu" într-un mod personal. Nu atât dificultăţile vieţii vă apasă, cât modul în care reacţionaţi dv. la ele. Poate

că alţi oameni o duc mult mai greu, şi nu se plâng, aşa s-au obişnuit. Uitaţi-vă cum trăiesc oamenii în Africa sau Asia şi o să mă înţelegeţi ce vreau să spun. Totuşi, acolo oamenii sărmani nu se sinucid niciodată.

Aveţi un suflet sensibil, fiind născută în zodia Peştilor. De aceea, greutăţile vieţii se amplifică în mintea şi sufletul dv. ALUNGAŢI GÂNDURILE DE SINUCIDERE, IMEDIAT CE APAR! Nu le lăsaţi să facă pui în mintea dv.! NU AVEŢI VOIE SĂ VĂ SINUCIDEŢI, trebuie să răbdaţi viaţa, cu tot greul său. Veţi înţelege de ce când Dumnezeu vă va chema la EL, atunci când vă va veni sorocul. Cei care se sinucid nu ştiu ce îi aşteaptă dincolo. O viaţă infinită de chin sufletesc... Sufletul nu moare niciodată, iar durerile emoţionale, nici ele. Ca să scăpaţi de durerile sufleteşti, singura cale este de a le răbda cu smerenie. Luându-vă viaţa, poate că nici Dumnezeu nu vă va mai ajuta pe lumea cealaltă, fiindcă aţi ales singură să refuzaţi darul Său cel mai de preţ: viaţa. Prin viaţa omenească ne spălăm de păcate. Este valabil pentru toţi oamenii!

Căutaţi căi şi metode de a vă lumina viaţa, să o faceţi mai suportabilă, căutaţi momente scurte de fericire: ascultând o melodie, privind un apus de soare, mângâindu-i pe cei dragi... Iar în rest, răbdare. Dumnezeu să vă ajute!

18 decembrie 2006

IUBIREA (?) PE INTERNET

MIHAELA:

Vă dau câteva date din viaţa mea, în speranţa că-mi veţi putea spune despre misiunea mea din această viaţă. Sunt o femeie foarte activă: mă ocup şi de copii, am şi un serviciu în domeniul bancar, fac şi a 2-a facultate, îmi ajut şi soţul la firmă, asta pe lângă piaţă, mâncare, menaj şi tot ce implică responsabilităţi de familie. Şi totuşi... ceva lipseşte, nu ştiu de ce, dar sunt mereu în căutare.

Stau mult la calculator, am foarte mulţi prieteni virtuali, îmi place mult să împărtăşesc din experienţa de viaţă, bineînţeles, dacă am cu cine. Sunt o împătimită a jocului... pe net, aici am cunoscut de vreo 2 luni un tip căsătorit şi care ocupă o funcţie înaltă, care mă atrage destul de tare şi pe care mi-aş fi dorit la un moment dat să-l cunosc, genul de bărbat cu şarm. Însă ceva mă face să fiu suspicioasă, de la un timp, în privinţa metodelor lui în încercarea de a mă seduce. Într-o seară, fiind un pic mai nervos pt. că eu nu-i acordam atâta importanţă ca de obicei (asta se întâmpla tot pe net, nu ne-am întâlnit niciodată), ar fi spus că: simte că mă pierde, lucru pe care nu şi l-ar dori, apoi a zis „să mi te descântec şi o să fii tare... tare... încurcată, eu te anunţ - puteri... para". La câteva zile, o maşină l-a urmărit pe soţul meu toată ziua, nu ştiu dacă a fost pusă de el sau nu, aş vrea să ştiu, cert e ca, în urma acestor vorbe, mă simt derutată complet, am încercat să-l evit, dar mi-a tot lăsat mesaje câteva zile pe net,

iar acum foarte ciudat mi se pare faptul că nu mai apare deloc, în condiţiile în care juca în fiecare seară pe acest site unde ne întâlneam.

Nu-mi place constrângerea, însă cu toate astea, chiar dacă am tremurat vreo 3 zile - gândindu-mă că, dacă vrea, chiar îmi poate face rău (datorită funcţiei pe care o deţine, dispune de bani, relaţii şi alte alea) - tot mă simt atrasă de el. Care ar fi explicaţia? Este într-adevăr un om cinstit şi care foloseşte mijloace corecte de a obţine ceea ce-şi doreşte? (Mă refer aici la modul general.) Iar altă întrebare este: de ce caut eu această afecţiune, dragoste, să fiu iubită, dorită... etc., când am foarte multe lucruri frumoase în jurul meu: copii, servici bun, soţ bun?

RĂZVAN:

Din experienţa multor cazuri pe care le cunosc, circa 99,9% din relaţiile încropite pe internet sunt sortite eşecului. Toate încep romantic, dar ar fi bine să vă limitaţi doar la a visa. Nu treceţi la acţiune în planul fizic, fiindcă veţi fi surprinsă negativ. Pe net se vehiculează enorm de multe minciuni, minciuni, minciuni, fără asumarea responsabilităţii...

Mă întrebaţi „Este un om cinstit, foloseşte mijloace corecte?". Răspunsul l-aţi dat chiar dv. *„Am tremurat vreo 3 zile gândindu-mă că îmi poate face rău*". Nici nu vă cunoaşteţi bine şi vă simţiţi ameninţată? Acceptaţi aşa ceva într-o relaţie, fie ea fictivă? Dacă vreţi, păstraţi relaţia aceasta aşa cum este, dar fără fiţe, scene de gelozie, constrângeri ş.a.m.d. Să nu o consideraţi a fi o relaţie adevărată!!! Este doar un vis, o fantasmă, şi aşa trebuie să rămână! Pe deasupra, mai este şi căsătorit. Vă sfătuiesc să fugiţi de bărbaţii căsătoriţi, nu vă lăsaţi nici gândul să zboare la relaţii cu bărbaţi căsătoriţi, ca să nu aveţi mari necazuri! Chiar şi aventurile ocazionale pot să lase răni adânci, nebănuite, nu doar sentimentale, ci chiar fizice. Dacă vreţi o părere de la distanţă, eu nu aş crede nici că are o funcţie înaltă, nici că v-a urmărit şi nici că ar putea să vă facă vreun rău. Totul este în imaginaţia dv. De altfel, zodia Peştilor este vulnerabilă în privinţa diverselor iluzii pe care nativii şi le fac şi pe care nu reuşeşte nimeni să li le scoată din minte...

Deseori, misiunea spirituală a multor oameni se reduce la a fi nişte fiinţe model între semenii lor. Dumnezeu nu cere mai mult de la ei. Fiţi perfectă în rolurile pe care le aveţi deja în societate! Nu e uşor, dar nici imposibil. Dacă pe dv. vă interesează şi alte aspecte mai deosebite, ţinând cont că sunteţi născută în Peşti (care au capacităţi mediumnice înnăscute şi dorinţa de a-i ajuta pe alţii), ar trebui să fi observat deja. De exemplu, vă interesează subiectele deosebite prezentate în site-ul nostru, www.spiritus.ro?

Mă întrebaţi „de ce oare caut eu această dragoste, când am foarte multe lucruri frumoase în jurul meu?". Din punctul de vedere al vieţii spirituale, acum aveţi toate condiţiile nu să aşteptaţi să primiţi iubire, ci să căutaţi să o dăruiţi chiar dv. Totuşi, iubirea poate însemna şi altceva decât eros, mai ales cu cine nu trebuie... Iubirea înseamnă devotament, compasiune, sacrificiu. Nu cumva v-aţi dorit în tinereţe să fiţi doctoriţă?

Vă atrag terapiile alternative, să luaţi durerea oamenilor? Nu cumva aceasta ar fi fost misiunea spirituală a vieţii dumneavoastră?

MIHAELA:

H u u u!... Mesajul dvs. a fost ca un duş...rece, foarte bun, într-adevăr. Mulţumesc.

Referitor la site, vreau să vă spun că sunt foarte interesată şi, înainte de a vă scrie acest mesaj, l-am citit din scoarţă în scoarţă, aşa de captivată m-am simţit, că şi uitasem de problema mea.

Despre mine vă pot spune că cred enorm de mult în destin şi în aceste forţe care ne călăuzesc în viaţă, încerc să fac cât mai mult bine, pt. că sunt conştientă că ţi se întoarce înzecit. În momentul în care AM ŞTIUT CE VREAU, din momentul acela am început să şi obţin, ştiu că dacă ceri şi crezi cu consecvenţă, ţi se va da. Câteva ex.: am dorit o fetiţă - o am, chiar dacă a venit mai târziu; am dorit 2 copii - îi am; linişte în familie, un servici bun, cam toate astea le am, însă mai am de dăruit - cum spuneţi dvs. - şi trebuie doar să găsesc calea, poate am şi eu nişte capacităţi şi poate o să mi le descopăr; de aceea, cred, mai cad în câte o capcană.

RĂZVAN:

În privinţa capacităţilor paranormale ar trebui să aveţi anumite semne. Aveţi premoniţii, deja-vu, simţiţi entităţi invizibile, aţi trăit evenimente stranii, aţi citit multe în acest domeniu? Vă interesează fenomenele conexe morţii (moartea clinică, dedublarea, comunicări spiritiste, filosofie spiritualistă etc.)? Dacă puteţi răspunde cu „Da” la cel puţin una dintre întrebările de mai sus, vă calificaţi să activaţi fie ca un clarvăzător dispus să ajute oamenii cu capacităţile sale (sau terapeut naturist), fie ca simplu om pasionat, dispus mai mult să înveţe şi să-şi împărtăşească experienţele şi opiniile cu alţi amatori de paranormal.

18 decembrie 2006

COPIL SOMNAMBUL

ADA:

Cum se poate ajuta un copil de 10 ani care se pare că este somnambul? Bunica lui i-a povestit mamei mele disperată că nu mai ştie ce să facă cu băiatul care o sperie în fiecare noapte, deoarece îl găseşte ba sub pat bolborosind, ba iese din casă în toiul nopţii şi aşa mai departe.

Puteţi să-mi spuneţi din punctul dvs. de vedere ce înseamnă a fi somnambul? Mama mi-a povestit că şi ea, când era mică (până la 8 ani) avea această problemă. Umbla prin casă, ieşea afară din casă şi o aduceau vecinii înapoi în toiul nopţii, speriaţi că le umbla prin curţi etc. Nu făcea probleme, doar se juca. Dar i-a trecut după vârsta de 8 ani.

RĂZVAN:

Somnambulismul este o stare specială a psihicului uman, nu neapărat o boală, în care este suspendată conştiinţa de veghe, dar mintea subconştientă îşi continuă activitatea de rutină. Poate că dacă, în timpul visului nostru obişnuit (faza de somn REM), nervii motori nu ar fi ca şi paralizaţi, cu toţii am fi nişte somnambuli! Cred că în timpul „şedinţei" de somnambulism, spiritul este ieşit din corp, dar stă aproape de el, comandându-l de la distanţă. Este o stare asemănătoare hipnozei uşoare, în care omul dezinhibat spune lucruri pe care nu le-ar spune altfel. Poate chiar somnambulismul este o stare hipnotică spontană, în care lipseşte un hipnotizator exterior. Am putea afla multe lucruri uimitoare din întrebările inteligente adresate unui somnambul sau cuiva care vorbeşte în somn... (Am explicat mai multe astfel de stări modificate de conştiinţă în cartea mea „Conştiinţa umană, între Minte şi Spirit".)

Pentru rezolvarea cazului înfăţişat, apelul la un psiholog este desigur cel mai adecvat.

9 noiembrie 2009

UMILIRE ŞI NAIVITATE

ALEXANDRA:

Am citit articolul „despre ego-ul uman" şi vreau să te întreb ceva. Am avut un prieten care şi-a adus amanta acasă fără să îmi spună şi, cînd am aflat, am vrut să merg la ei să port o discuţie cu amîndoi. Cînd ea a aflat că vin, a plecat, iar cînd am ajuns, el nu m-a mai primit în casă. Relaţia noastră a luat sfîrşit 2 zile mai tîrziu, pentru că nu l-am putut ierta.

Întrebarea mea este: de ce nu l-am putut ierta? Era egoul? Vreau să îl iert şi nu pot, încă sunt rănită. Vreau să merg mai departe şi chestia asta mă ţine pe loc. Aş vrea să ştiu dacă e ego-ul cel din cauza căruia mă simt rănită.

RĂZVAN:

Alexandra, problema se pune exact invers decât o vezi tu.

Ca să detaşezi de ego, trebuie să te poziţionezi în mod obiectiv, privind situaţia la rece, ca un străin. Astfel, lucrurile sunt cât se poate de clare. Bărbatul ţi-a înşelat încrederea, prin urmare nu merită să îi mai dai atenţie. Ce voiai să mai discuţi cu ei?! Oricine din exterior poate vedea lucrurile în acest fel. Dar ego-ul tău te îndeamnă să îl ierţi, fiindcă nu vrei să rămâi fără un „iubit". Ego-ului tău îi este teamă de singurătate. De fapt, în mod obiectiv, nu trebuie să îl ierţi şi nici măcar el nu are nevoie cu adevărat de reluarea unei relaţii în care tu chiar vei merita să fii tratată cu dispreţ, fiindcă te-ai înjosit să îl ierţi pe nemernic. Dacă te umileşti o dată, te poţi aştepta şi la alte umiliri pe viitor, urmate eventual de alte scuze nesfârşite şi promisiuni neonorate din partea lui. Detaşează-te de

lamentările micului ego şi nu-ţi mai fie teamă de viitor! Poţi trăi şi fără acest individ, nu crezi?

Ar trebui să dai trecutului relaţia voastră, păstrând din ea lucrurile frumoase, dar neuitându-le pe cele rele, ca o experienţă dureroasă, dar necesară pentru viitor. Deci, mergi mai departe! Dar data viitoare fii mai precaută şi nu accepta o relaţie doar ca „să fii în rândul lumii" sau că aşa îţi cer hormonii. Dacă vrei iubire adevărată, roagă-L pe Dumnezeu să îţi trimită în cale un om bun şi devotat, şi mai roagă-te să îl şi recunoşti, să nu treci nepăsătoare pe lângă el dacă ţi s-ar părea nepotrivit după standardele ego-ului tău!

ALEXANDRA:

Îţi mulţumesc pentru răspuns. Dacă ar fi aşa simplu...

Cum spuneam, deşi am fost rănită cînd nu m-a primit în casă, am trecut cu vederea, însă peste 2 zile am găsit o declaraţie pe telefon către fosta lui iubită, adică altă femeie, şi atunci ne-am despărţit. M-am gîndit că nu pot trăi cu cineva în care nu mai am încredere, iar el s-a combinat aproape instantaneu cu altă fată. Deşi o parte din mine se simţea rănită şi dorea să se îndepărteze de această situaţie, o altă parte din mine dorea să fie cu el. Poate că n-aş fi trăit confuzia asta dacă ar fi fost sincer cu mine să îmi spună adevărul, însă el spunea ce doream să aud şi făcea ce nu-mi doream să facă.

Aşa că el a rămas combinat cu fata respectivă, pe care a umilit-o, aducîndu-şi iar fosta amantă la el acasă, care i-a spus fetei să plece din casa lui. Bineînţeles că fata nu a vrut să plece, aşa că amanta s-a întors la soţul ei, fără succes, după ce a petrecut o noapte împreună cu el într-o garsonieră închiriată. El o întreabă mereu pe prietena lui actuală cînd pleacă şi ea nu pleacă, pentru că simte că l-ar pierde definitiv. Nici el nu vrea ca ea să plece, dar îi place să o chinuie.

Eu am rămas într-o relaţie de amiciţie cu el, iniţial pentru a mă răzbuna, apoi pentru a îl înţelege mai bine (căci am înţeles că nu s-a purtat aşa doar cu mine, ci cu toată lumea şi m-am gîndit că poate e bolnav cu capul) şi apoi pentru a mă înţelege pe mine, pentru că uneori mi se făcea foarte dor de el şi, decît să stau cu dorul, îl căutam, el spunea ceva care mă făcea să îmi treacă dorul pentru vreo 2 săptămîni şi apoi iar aşa. Chiar i-am zis: „te mai sun cînd mi se face iar dor de tine, pentru că ştii exact ce să spui ca să îmi treacă". Dacă am atras aşa ceva în viaţa mea, e clar că nu a fost întîmplător. Lucrurile se întîmplă în interiorul nostru, nu în exterior. Deci era o situaţie excepţională de a vedea de ce simt ceea ce simt. Am avut de lucrat la mine cu ataşamentul, cu iertarea, cu iubirea. După cum probabil ştii, ceilalţi suntem tot noi şi dacă un tip, eventual cu probleme, apare în calea mea şi mie îmi place de el, este clar că o parte din mine vrea să fie vindecată.

Revenind, zilele trecute am zis să fac o trecere în revistă a persoanelor pe care le cunosc şi să le cer iertare pentru ce le-am făcut sau mi-au făcut, să le mulţumesc şi să le trimit iubire. Mă simţeam detaşată

şi aveam o stare de bine, însă a doua zi m-a sunat el, fostul prieten de care vorbeam mai sus. Vorbind cu el, mi-am dat seama că, deşi fusesem convinsă că îl iertasem şi mă detaşasem, episodul cu amanta (pe care l-am povestit în prima scrisoare) era viu, ca şi cum s-ar fi întîmplat ieri. Faptul că nu m-a primit în casă m-a durut şi n-am putut să trec peste aşa ceva. Apoi am aflat că amanta luase busuiocul de pe pervaz, pe care îl adusesem de la ţară, şi a „descîntat" prin casă, cu siguranţă că şi-a lăsat energiile p-acolo şi asta cred că a contribuit, printre altele, la faptul de a nu mă primi el în casă.

Revenind la întrebarea mea. Ştiu că, odată înţeleasă lecţia şi iertînd, omul nu mai are treabă cu mine, îşi vede de alte părţi cu care are treabă, iar eu mă detaşez de el. Dacă el s-a întors, înseamnă că a rămas ceva ce n-am înţeles. Şi ştiu că are legătura cu reacţia mea faptul că nu m-a primit în casă, pentru că am simţit emoţia acolo. După ce ţi-am citit articolul, mă gîndeam că poate e vorba de ego... ego-ul s-a simţit rănit. Însă tu spui că ego-ul vrea să posede şi aici nu era vorba de a poseda ceva, ţine probabil de demnitate... are vreo legătură demnitatea cu ego-ul? Mă poate jigni cineva fără ca eu să vreau să mă simt jignită? Şi dacă nu, atunci ce parte din mine se simte jignită? D-asta îţi scrisesem... aveai acea temă legată de ego şi mă gîndeam că poate mă poţi ajuta... Înainte de a merge mai departe e bine să îmi învăţ lecţiile, pentru a nu le repeta...

RĂZVAN:

După despărţire, ai încercat să te joci de-a şoarecele şi pisica cu individul acela. Dar uite că şoricelul erai chiar tu. Tu eşti cea vulnerabilă, fiindcă ai pus suflet şi el te-a rănit. În schimb, individul este un şarpe fără sentimente, care acţionează cu sânge rece, batjocorindu-vă pe toate cele care i-aţi trecut prin pat. Este necesar să îl eviţi pe viitor, lasă timpul să treacă şi rana să se închidă de la sine.

Poţi să îl ierţi, dar el nu trebuie să ştie acest lucru. Dimpotrivă, lui trebuie să îi arăţi doar dispreţ. Cel mai usturător este pentru el să nu îl mai recunoşti, pur şi simplu. El e convins de farmecul lui masculin şi de faptul că va duce cu vorba pe voi, „puicuţele". Pedeapsa cea mai potrivită este să i se arate că este un „nimeni". Pe tine nu te costă nimic, decât să rupi orice contact cu el. El nu are nevoie de iertare, ci de pedeapsă. Dacă nu va fi pedepsit, va considera că este bine ceea ce face. Deci poţi să îl ierţi, în sinea ta, dar manifestă-te cu demnitate, ca să nu devii complice cu apucăturile lui. Rămânând prietenă cu el, tu i-ai încurajat greşeala, nu l-ai ajutat să conştientizeze faptul că răneşte nişte suflete de femei. Acum, e adevărat, după cum mi-ai relatat faptele, aceste femei îşi cam merită soarta... Dar de ce te-ai amestecat tu cu un tip care preferă astfel de femei fără demnitate? Naivitatea şi lipsa ta de experienţă i-au permis să îşi bată joc de tine.

Şi acum, câteva afirmaţii ciudate ale tale.

1. *«Poate că n-aş fi trăit confuzia asta dacă ar fi fost sincer cu mine să îmi spună adevărul.»*

Să nu te aştepţi ca oameni de teapa acestui individ să te ajute în vreun fel! El e programat să chinuie, nu să ajute. Adică, tu vrei ca escrocul să îţi spună, „ştii, vreau să te păcălesc”?!?

2. *«uneori mi se făcea foarte dor de el şi, decît să stau cu dorul, îl căutam, el spunea ceva care mă făcea să îmi treacă dorul pentru vreo 2 săptămîni şi apoi iar aşa.»*

O larvă mentală te îndemna să faci asta, iar tu răspundeai instantaneu. Aşa se întâmplă şi cu cei care nu reuşesc să se lase de fumat. Mereu apare ispita de a relua viciul. Uneori „iubirea” este de fapt un viciu, nu un sentiment divin. Ar trebui să rupi complet relaţiile cu acel individ atât de dubios. Nu ţi se pare că destul l-ai hrănit psihic pe profitor?

3. *«ceilalţi suntem tot noi şi dacă un tip, eventual cu probleme, apare în calea mea şi mie îmi place de el, este clar că o parte din mine vrea să fie vindecată.»*

Un tip îţi poate plăcea dintr-o mulţime de motive. De exemplu, biologice. Sau ca să suferi o decepţie, prin care să încasezi o pedeapsă karmică din bagajul spiritului. Aşa se arde karma. Fără prea multe explicaţii. Suferi şi rabzi. Nu întotdeauna poţi să înţelegi ce anume s-a „vindecat”, pentru asta ţi-ar trebui o înţelepciune şi clarviziune remarcabile.

4. *«Ştiu că, odată înţeleasă lecţia şi iertînd, omul nu mai are treabă cu mine, îşi vede de alte părţi cu care are treabă, iar eu mă detaşez de el.»*

Este fals. Indivizii ca el se agaţă de om ca vampirii, să-l sugă de vlagă. Trebuie să fii fermă şi să îl îndepărtezi din viaţa ta. Schimbă-ţi numărul de telefon sau respinge-i apelurile. Chestia asta, că „vrei să te autocunoşti aducându-l mereu în minte”, este o înşelătorie a minţii sau a vreunui demonaş. Rupe orice contact cu golanul, ce te costă? Nu ar fi laşitate din partea ta, ci instinct de conservare.

5. *«Mă poate jigni cineva fără ca eu să vreau să mă simt jignită? Şi dacă nu, atunci ce parte din mine se simte jignită?»*

Bineînţeles că poţi fi jignită! Nu e suficient să-ţi propui, doar aşa, să fii indiferentă. Trebuie să deţii o reală detaşare spirituală, pe care tu nu o ai. Mintea nu e spiritul. Interacţiunea cu golanul acela, prin telefon sau direct, produce un schimb de energie între voi doi. Te îmbăiezi în energia lui mizerabilă şi începe să te doară sufletul pe ici, pe colo.

6. *«aveai acea temă legată de ego şi mă gîndeam că poate mă poţi ajuta...»*

Este lăudabilă dorinţa ta de autocunoaştere, dar tema ta prezentă nu este ego-ul, ci lipsa de experienţă de viaţă. Pur şi simplu, ai fost batjocorită. Data viitoare vei constata că această lecţie ţi-a prins bine.

22 mai 2011

PANSEURI ŞI AFORISME

Culegere de reflecţii publicate de autor în rubrica „Esoterika” (2008-2014) din website-ul *www.spiritus.ro*

2008

PSIHOLOGIA ARE NEVOIE DE SUPRACONŞTIINŢĂ

Psihologia are nevoie de Supraconştiinţă, precum religia de Dumnezeu. Relaţia inconştient-conştient este dezechilibrată. Inconştientul este imens, puternic, iar conştiinţa este parţială şi supusă capriciilor inconştientului. Ca o ghiulea prinsă de picior este inconştientul, iar libertatea conştiinţei este dată de lungimea lanţului.

Pentru echilibrul psihologic, trebuie introdus al treilea termen: Supraconştientul, la fel de vast şi puternic ca inconştientul. Ultimul este abisal, primul este ceresc. Conştientul este un „cursor” care baleiază pe scala de la minus infinit la plus infinit. Orice metodă care abordează inconştientul trebuie sprijinită pe o poziţie supraconştientă. Altfel, conştientul în sine este manipulabil, impresionabil, voinţa ocazională a unui individ nu are succes contra tendinţelor acumulate în milioanele de ani. Dacă însă îşi trage forţa de sus, din etajele supraconştiente, având resurse psihice nelimitate, atunci instinctele anarhice pot fi domesticite, tendinţele negative anihilate şi noi scheme pozitive inoculate, după modelul supraconştiinţei. Poţi coborî în abis numai pe cât te ridici în slăvi...

Freud a asemănat conştiinţa cu vârful aisbergului inconştientului. Mai degrabă, conştiinţa este vârful aisbergului supraconştiinţei. Polul determinismului, fatalismului şi depozitarul karmei personale este inconştientul. Polul libertăţii este supraconştiinţa, din care o mică parte este conştiinţa.

MILĂ ŞI COMPASIUNE

Dacă vrem cu tot dinadinsul să facem o diferenţă între milă şi compasiune, atunci putem spune aşa:

MILA este o relaţie de la <u>suflet</u> la suflet. Când eşti milos, rezonezi empatic cu <u>suferinţa</u> şi <u>slăbiciunea</u> celuilalt, simţindu-te mai <u>norocos</u> decât el.

COMPASIUNEA este o relaţie de la spirit la suflet. Când simţi compasiune, rezonezi cu fericirea şi puterea de Sus, simţindu-te mai treaz decât celălalt. Compasiunea presupune şi o mare puritate lăuntrică, pentru a nu rezona cu energiile inferioare care provoacă suferinţele.

* * *

Ne credem nemuritori fiindcă de mii şi zeci de mii de zile ne-am obişnuit să ne trezim dimineaţa vii. Dar credinţa asta iluzorie ni se schimbă radical în ziua fatidică în care pierdem o fiinţă dragă, apropiată sau suferim un accident. Şi se mai spune că cel mai greu se schimbă concepţiile!... Mentalitatea nu e solidă, ea se reconstruieşte permanent. E de-ajuns o zi tragică ca să-ţi schimbi mentalitatea complet.

* * *

Mintea este asemănătoare unui balon cu aer cald. Gândurile banale, lumeşti sunt ca balastul atârnat de nacela balonului. Ideile spirituale, aspiraţia spre înalt umflă balonul, precum aerul cald, ridicându-l spre cer.

* * *

Când vrei să meditezi, apar gândurile inutile, vagabonde, necerute. Aşa se întâmplă tuturor. Atunci, trimite-i lui Dumnezeu aceste gânduri, dar nu oricum! Încearcă să le traduci în limbajul pe care îl înţelege Dumnezeu Cel Pur şi Fără Formă. Tradu-le într-o formă pură, în gândurile Divine! Este ca un koan zen. Dacă te vei strădui, vei ajunge la Pace!

UMORUL, CALITATE SPIRITUALĂ

Mulţi filosofi, psihologi, scriitori, diverşi specialişti au încercat să explice umorul. Au lansat teorii interesante, dar nici una nu lămureşte pe deplin ce este el. Umorul nu a putut fi formalizat şi implementat în computere. Nici nu credem că va fi vreodată, pentru că ele nu pot reproduce nici libertatea (ci doar hazardul) şi nici prefăcătoria (ci doar valoarea de adevăr „fals"). Oricât de inteligente ar fi computerele actuale - în sensul stocării şi chemării instantanee a informaţiilor şi chiar capacitatea de a învăţa din propria experienţă – ele sunt idioate, adică respectă noncreativ algoritmul gândit de om. Putem presupune că simţul umorului este legat direct de existenţa conştiinţei umane. Computerele nu pot fi amuzate pentru că le lipseşte conştiinţa. Înseamnă că umorul va fi explicat numai odată cu explicarea conştiinţei. Dar acest lucru este departe de a fi realizat de către ştiinţa modernă, deşi se străduieşte din răsputeri...

Din cele afirmate de cercetătorii umorului, câteva idei merită a fi reţinute.

- Umorul este ca un joc. Implică 1) recreere, lipsă de tensiune şi 2) competiţie, existenţa unui câştigător şi a unui învins. Umorul ar fi deci o victorie a noastră asupra altora, într-un context neconflictual, neagresiv.
- Umorul se iveşte atunci când convenţionalul se transformă în absurd, adică aşteptările noastre nu sunt deloc hrănite. Apare o incongruenţă dintre expectanţe şi final, adică aplicarea a două înţelesuri la aceeaşi experienţă.
- Umorul este dependent de contextul social şi cultural.
- Umorul, mai ales cel obscen, eliberează o energie ţinută în frâu (Freud). Totuşi, trebuie să discernem între umor şi râs. Râsul poate avea cauze fiziologice străine de umor.
- Umorul este specific uman.
- Umorul are o componentă autoironică, autocritică. Dacă îi lipseşte celui amuzat, atunci el se limitează la a batjocori o altă persoană. Fiind autoironic, umorul se opune fanatismului, intoleranţei, pentru că oricine poate cădea pradă unei glume, chiar şi autorul ei.
- Umorul amendează obtuzitatea şi inflexibilitatea „mecanicismului", care încearcă să ne limiteze, să ne prindă în chingile sale, să osifice „viul", viaţa însăşi (Bergson).
- Nietzsche spunea: „Zeii sunt zeflemişti: se pare că ei nu-şi pot stăpâni râsul nici măcar în timpul acţiunilor sfinte." Ceva-ceva a prins neamţul. Dar nu cred că e vorba de râsul zeflemitor, ci de bună-dispoziţie.

Propunându-vă un punct de vedere sintetic şi personal, credem cu tărie că umorul este o calitate pur spirituală. Umorul este prezent şi la fiinţele eterate ale lumii spiritelor. Aceasta rezultă din comunicările cu spiritele, conform propriilor lor afirmaţii. Dacă este aşa, atunci originea comună a umorului trebuie căutată în zona spirituală, atât pentru spirite, cât şi pentru oameni. Şi este normal aceasta, deoarece oamenii sunt de fapt spirite încătuşate în materie, iar psihicul uman este un ecou al spiritului.

Mergând la esenţa umorului, credem că două motivaţii diferite îl generează.

Prima cauză a umorului (atât al omului, cât şi al spiritului) ar fi amendarea mecanicismului, rigidităţii, şabloanelor de comportare, simţire şi gândire. Este o reacţie la încălcarea libertăţii proprii spiritului. Spiritul este creat liber şi se bucură la maximum de această libertate în lumea sa originară. Atunci când ceva sau cineva se opune libertăţii sale, obligându-l să fie previzibil şi rigid, spiritul se revoltă şi îi transmite omului în care este încarnat starea de umor. (Simţul umorului este unul din cele câteva suprasimţuri aflate dincolo de cele 5 simţuri standard. Alt

extrasimţ ar fi, de exemplu, bunul-simţ.) Nenumărate pârghii inconştiente ne manipulează în fel şi chip, dar omul are posibilitatea de a fi oricând imprevizibil, pentru că în el sălăşluieşte o fiinţă mai înaltă, absolut liberă.

A doua cauză ar fi diferenţa marcantă dintre aşteptări şi realitate, dintre formă şi fond. Lumea fizică este o lume a mascării, a minciunii, a aparenţelor. Pentru spirite însă, adevărul este uşor de văzut, iar minciuna nu are cum supravieţui. De aceea poate fi amuzant să vezi cum le pică masca unor personaje care ar fi dorit să ne înşele, mai mult sau mai puţin voluntar. Umorul izbucneşte însă mai ales când spiritul ne transmite voalat ideea că toată această lume a noastră, cu tot ce există în ea, este o aparenţă, ea nu exprimă realitatea aşa cum se vede din lumea spiritelor. În acest sens, chiar şi infirmităţile sunt posibil de ridiculizat (cu tactul de rigoare), pentru că ele îmbracă în nişte aparenţe efemere (prezentate ca fiind definitive şi tragice) realitatea fiinţei spirituale create perfectă şi indestructibilă. În acest sens, orice poate fi demn de râs, pentru că orice există pe pământ este o formă trecătoare şi imperfectă, diferită de fondul spiritual al lumii. Din perspectiva perfecţiunii, orice imperfecţiune poate fi ridiculizată (cu compasiunea de rigoare, pentru a nu provoca suferinţe gratuite). Numai Dumnezeu NU poate fi ridiculizat, pentru că EL ESTE PERFECT. Am putea ridiculiza numai ideea limitată a unora despre Dumnezeu.

Umorul are nevoie de o anumită detaşare şi neagresivitate. Altfel, el este imediat înăbuşit în stări mai grosiere de conştiinţă: furie, tristeţe, teamă etc. Umorul este o stare de conştiinţă superioară, apropiată de spirit. Simţul umorului este un posibil indicator al apropierii omului faţă de spiritul său, mai ales când apare în situaţii tensionate, problematice, cu miză mare.

Concluzionând, umorul, în esenţa sa profundă, este o reacţie la încălcarea atributelor fundamentale ale Spiritului: LIBERTATEA şi ADEVĂRUL. Mecanicismul este o ofensă adusă Libertăţii, iar aparenţa este o ofensă adusă Adevărului.

Toate formele de umor omenesc pot fi reduse la cele două cauze primare: şablonul rigid şi aparenţa dejucată.

Acestea ar putea fi cel mai adevărate în cazul vieţii reale, adică a „jocului prim". Dar pentru „jocul secund" – arta sau educaţia – motivele umorului ar putea avea şi alte resorturi, mai subtile.

22 martie 2009

Umorul poate fi voluntar sau involuntar.

Poate fi universal (de exemplu, cel cu tentă sexuală, uneori umorul de situaţie) sau cultural (specific unei civilizaţii sau unei limbi anumite – mai ales umorul de limbaj).

Umorul cultural este metaforă (comparaţie fără un termen), iar degustătorul de umor completează termenul lipsă. Ca în poezie. În umor, metafora ne duce într-o direcţie total imprevizibilă; cu cât e mai

nepotrivită, cu atât umorul e mai savuros. Imaginea amuzantă este „ca nuca în perete”, dar vrea să pară rezonabilă. Umorul face haz de lipsa logicii profunde, de sofisme, nu neapărat a unui personaj, ci a situaţiei, a exprimării inadecvate etc. Omul prost nu prea gustă hazul de ilogică, fiindcă se simte cu musca pe căciulă.

În rebus, în poezie, în umor, în ştiinţă, plăcerea descoperirii sensului ascuns este aceeaşi. În umorul voluntar mai apare şi pregătirea psihologică de a râde de nepotriviri, atmosfera relaxată şi uşor tensionată în sens plăcut, care deja pregăteşte şi provoacă hazul în procent de 50%.

Când umorul este explicat, nu ne mai amuză, fiindcă dispare plăcerea descoperirii „cheii” umoristice. Dacă cerem explicaţii, asta arată că suntem ori proşti, ori inculţi, ceea ce iarăşi nu este amuzant deloc...

8 decembrie 2011

Au căzut de acord asupra reîncarnării

© Răzvan A. Petre

1.07.2012

Pratyahara (retragerea simţurilor)

27.06.2012

Epigramă de iarnă

Urătorii ne colindă:

magii, steaua... brazii, leru'...

Mă întreb: pe ritm de samba,

cum colindă... brasileiro?...

31.12.2011

EFECTUL ÎNJURĂTURII

Ce este înjurătura? Este o metodă convenţională de a provoca instantaneu furia interlocutorului.

Din punct de vedere strict psihologic, furia este determinată de jignire, lezarea onoarei, a demnităţii egoului. Personalitatea spirituală nu poate fi lezată nicicum.

În principiu, lezarea onoarei ar putea duce la pierderea respectului celorlalţi, de aceea se cere apărată. Pe o insulă pustie (unde conflictul ar rămâne strict între cei doi) jignirile ar putea avea efect doar în planul pierderii stimei de sine al celui ocărât; el ar reacţiona numai pentru a-şi apăra imaginea de sine.

Prejudiciul de imagine este în legătură cu aflarea de către terţi a „jignirii". Chiar dacă nu ne simţim ameninţaţi de jignire, dacă ea devine publică, suntem totuşi obligaţi să luăm atitudine. Lipsa reacţiei poate fi interpretată ca vină, ca frică, având drept consecinţă diminuarea respectului celorlalţi. Aproape mereu, lipsa reacţiei poate fi interpretată de agresor ca o invitaţie la continuarea jignirilor. Este o adevărată artă aceea de a răspunde fără a amplifica conflictul, ci de a-l stinge.

11 decembrie 2009

* * *

Spiritul încarnat se roagă Domnului prin mintea din stare de veghe. Spiritul este încarcerat în creier, nu are conexiune liberă şi directă, precum spiritele libere. În somn, spiritul îşi lasă conştiinţa umană în corp, fiind astfel incomplet şi, de aceea, nu are suficientă energie spirituală pentru a redeveni ce era înainte de încarnarea în trup de om. În concluzie, spiritul încarnat este obligat să folosească resursele psihice umane pentru a comunica mai bine cu Divinitatea.

În corpul de om, spiritul poate primi Graţia suprema numită „extaz mistic", prin care să fie primit aproape de Absolut. Dar nu sunt sigur că acelaşi spirit, dezîncarnat fiind, ar fi avut acelaşi privilegiu. În corp de om, spiritul vrednic este răsplătit înmiit pentru vitejia sa de a înfrunta ispitele materiei...

11 decembrie 2009

Despre iluminare, în cadrul modelului trinitar al psihicului Minte - Conştiinţă - Spirit

Conştiinţa cunoaşte prin identificare. Se identifică cu Mintea şi cunoaşte lumea fizică. Apoi se apropie de Spirit, identificându-se treptat cu el. Tot treptat s-a identificat şi cu Mintea, în copilărie, etapă ce a durat circa 7 ani. Când se identifică cu Spiritul, vede universul dintr-o perspectivă mult mai largă, mai vie, mai însorită. Revenind la „normal", perspectiva mentală pare mult mai obtuză, mai gri, mai adormită, mai

ceţoasă. Pare un vis faţă de trezia Spiritului. Simpla amintire a experienţei spirituale pure îl face pe cel iluminat să exclame: „*Viaţa omului este o umbră, o iluzie, un vis în somnul Spiritului. Adevărata realitate este cea a Spiritului!*”. Paradoxal, ambele viziuni sunt reale. Pentru cel neiluminat, Spiritul este o himeră, autosugestie, visare. Şi invers.

Apropierea Conştiinţei de Spirit diminuează influenţa Minţii şi Ego-ului, care sunt de acuma modelate de Conştiinţă în acord cu viziunea spirituală pe care a avut-o. Chiar şi în amintire, Spiritul pare mai real decât lumea fizică.

Uneori, amintirea se estompează şi omul are nevoie de reluarea experienţei transcendentale. Nu este o simplă „repetare”, ci o „renaştere”. O baie de lumină total purificatoare, mereu nouă, ca o nouă zi. Nu este o repetare monotonă, precum mantrele, ci o experienţă mereu proaspătă şi diferită, dar întotdeauna divină.

Conştiinţa nu poate cunoaşte „obiectiv” Mintea sau Spiritul. Singura sa modalitate de cunoaştere este din interior, prin identificare. În schimb, viziunea obiectivă exterioară este accesibilă Spiritelor libere, neîncarnate. De aceea, pot apare diferenţe între doctrina spiritistă şi relatările maeştrilor spirituali. Mărturia personală „interioară” completează descrierea „exterioară”, fără a se contrazice.

5 martie 2010

* * *

În practicile budiste tibetane, cuvântul „meditaţie” se traduce prin „familiarizare”. Este vorba despre familiarizarea minţii cu o stare nouă specială, prescrisă de maeştri, dorită şi căutată de adepţi. Practica meditaţiei constă în imaginarea unor scurte filmuleţe mentale, care să autogenereze în mintea adeptului o anumită emoţie, întotdeauna pozitivă, constructivă.

De exemplu, pentru stimularea emoţiei compasiunii, meditatorul îşi poate imagina o căprioară fugărită de câinii vânătorului, pe care îl priveşte cu lacrimi în ochi. Repetarea constantă a acestei meditaţii duce la transformarea emoţiei trecătoare într-o dispoziţie de mai lungă durată, chiar zile întregi. Când această dispoziţie devine trăsătură temperamentală, scopul meditaţiei a fost atins: sentimentul compasiunii faţă de toate fiinţele vii devine permanent şi spontan, adică „familiar”.

În Occident, dispunem de imensa forţă a imaginilor filmate, care pot să ne genereze aceste emoţii benefice şi starea de catharsis. Problema civilizaţiei noastre este că nu o folosim în mod sistematic pentru educaţia emoţională. Ba dimpotrivă, majoritatea imaginilor filmate care i se prezintă omului occidental prin mass-media sunt impregnate de negativitate, duritate, agresivitate etc. Astfel că, în locul imaginaţiei autocontrolate într-un scop benefic, avem parte de imagini manipulate de alţii cu efecte prioritar dăunătoare. Mintea omului este foarte plastică şi se pliază pe conţinuturile pe care i le prezentăm metodic. Oare ce tip de

om construim atunci când ne hrănim mintea preponderent cu ştiri îngrijorătoare, situaţii traumatizante, prevestiri sumbre, violenţe gratuite, filme horror, catastrofe care ne hrănesc foamea de senzaţional...?

27 iunie 2010

Spiritul şi sufletul sunt ca fraţii siamezi. Dar ei sunt diferiţi, precum tulpina vizibilă şi rădăcina invizibilă a unei plante. Noi ne considerăm a fi „sufletul", dar intenţiile Spiritului deseori ne rămân ascunse. A le cunoaşte, şi încă permanent, este încununarea efortului de autocunoaştere. Nu există spiritualitate fără cunoaştere de Sine.

28 august 2010

Persoanele cu tulburări psihice dau vina pe toată lumea pentru necazurile lor, nereuşind să îşi vadă propriile greşeli. De fapt, unii pacienţi psihiatrici sunt bolnavi spirituali, nedorind să renunţe la mobilurile egoiste, care le-au acaparat sufletul cu totul.

31 august 2010

Drumul spre iluminarea spirituală trece prin eliberarea de gânduri şi de ego (desigur, de scurtă durată). Orice gând este o limitare a Infinitului creator. Similar, ego-ul uman este o limitare a Conştiinţei infinite. „Noi" suntem la mijloc, între personalitatea restrictivă, previzibilă a ego-ului şi personalitatea universală, liberă a Spiritului din noi.

1 septembrie 2010

Nu omul se reîncarnează, ci Spiritul din el. Omul este unic şi efemer. Spiritul nemuritor se reîncarnează în multe fiinţe umane, succesiv, pentru a dobândi experienţă pământească. Totuşi, sufletul omului supravieţuieşte morţii, fiind înglobat în personalitatea universală a Spiritului.

Chiar dacă, în viaţă fiind, sufletul nu se identifică total cu Spiritul, după momentul decesului, sufletul devine o părticică din Spirit. Iar când, în situaţii speciale, un Spirit liber se încorporează într-un medium (vezi cazul João de Deus) o poate face „îmbrăcat" cu unul din sufletele din arhiva Sa perispirituală.

4 septembrie 2010

STRESUL

În faţa unui stres provocat de incertitudine şi aşteptarea înfrigurată a unui posibil eveniment neplăcut, omul are cel puţin 3 variante diferite de reacţie salvatoare, ca să nu se îmbolnăvească sufleteşte.

1- Ignoră sau, pur şi simplu, uită pericolul.

2- Dacă are credinţă, poate gândi că „oricare va fi deznodământul, va fi spre binele meu spiritual şi al celor din jur”.

3- Priveşte direct spre sursa stresului, disecând-o în componentele sale, până nu mai pare ameninţătoare.

5 octombrie 2010

Stresul incertitudinii. Omul nu ştie ce i se va întâmpla şi aşteaptă înfrigurat deznodământul situaţiei. Doar că, până atunci, stresul îl va îmbolnăvi.

Ca să scapi de stres, gândeşte în termeni clari: Fie se va dovedi că temerile tale nu se vor împlini, deci totul este acum doar în imaginaţia ta, aşa că destinde-te! Fie se va întâmpla scenariul neplăcut, şi atunci fă-ţi de acum planul de bătaie, pregăteşte-te psihologic. Deci, întâi liniştеşte-te şi, apoi, pregăteşte-te! Aşa vei scăpa de chin!

Stresul apare atunci când există oscilaţie continuă între da şi nu. El produce atât agitaţie mentală, cât şi incapacitate de reacţie adecvată.

6 octombrie 2010

Frica de moarte. Moartea este considerată un fenomen neplăcut. Pe unii, aşteptarea sa iminentă îi poate înnebuni. Să rememorăm tortura psihologică realizată asupra patriotului Ilie Ilaşcu, care a fost scos în faţa plutonului de execuţie de mai multe ori, simulându-i-se împuşcarea.

Cei mai mulţi ignorăm gândul morţii, ca şi cum vom trăi veşnic.

Unii se gândesc cu speranţă la „viaţa de apoi”, care le va risipi chinurile vieţii pământeşti.

Dar unora, anxietatea intensă le-a produs o „iluminare spontană” atunci când şi-au imaginat procesul morţii, pas cu pas. Aşa s-a întâmplat, de exemplu, cu înţeleptul Ramana Maharishi, pe când era copil.

7 octombrie 2010

* * *

În laboratorul minţii

„Nu am timp! Parcă timpul se grăbeşte!”, spui de multe ori asta. Poate că, într-adevăr, senzaţia ta este reală şi TIMPUL TE PRESEAZĂ.

Iată o metodă imediată de răspuns: poţi, la rândul tău, să PRESEZI TIMPUL. Timpul se întinde la stânga (trecutul) şi la dreapta (viitorul). Comprimă timpul din ambele sensuri până când ajungi la momentul zero, clipa de acum. Vei obţine un rezultat straniu. Este un proces

mental: imaginează-ţi o presiune de neoprit cu care strângi timpul, ca într-o menghină invizibilă... 5 secunde, 1 secundă, 100 milisecunde, 10 nanosecunde, 1 picosecundă... Menţine atenţia asupra presiunii, căci timpul are tendinţa de a se dilata la loc când nu te concentrezi!

Reuşind să comprimi timpul, ca un exerciţiu repetat, vei remarca o mai mare uşurinţă de a suporta viaţa, o vei înţelege mai profund şi vei fi mai liniştit.

13 octombrie 2010

Închipuie-ţi că, în urma unui accident minor, ţi-ai pierdut memoria. Nu mai ştii nimic din trecutul tău, nici măcar accidentul. Vezi doar nişte oameni care spun că sunt rudele tale şi te cheamă cu un nume ce nu îţi spune nimic. Încerci să nu îi superi, fiindcă sunt drăguţi cu tine, dar ei nu înseamnă nimic pentru tine. Obiectele pe care ţi le arată ca fiind ale tale îţi par la fel de străine. Toţi par a fi îngrijoraţi de starea ta, dar tu te simţi bine, fericit. Eşti absolut liber! Trecutul nu mai există... Eşti proaspăt apărut pe lume şi te bucuri de orice, ca un copilaş...

Acest exerciţiu de amnezie îţi aduce o stare de euforie. Când nu mai există trecut, nu mai ai la ce gândi; iar când dispar gândurile, te umple spontan o stare de fericire.

14 octombrie 2010

* * *

Ochii sunt fereastra sufletului, se spune. Iar sufletul este fereastra spiritului. Un om nu îşi poate ţine ochii deschişi decât atunci când Spiritul este prezent în trup. Doar bebeluşii pot să ţină ochii deschişi când dorm. Pe de altă parte, când un mare maestru spiritual meditează cu ochii deschişi, iar Spiritul îi este plecat din trup, privirea îi este pierdută, ochii sunt inexpresivi, goliţi de viaţă. Asta confirmă faptul că forţa privirii vine de la Spiritul din noi.

16 octombrie 2010

În 2006, „American Psychologist", publicaţia oficială a Asociaţiei Americane a Psihologilor, a publicat un articol despre meditaţie, care începe prin a spune că meditaţia „este acum unul dintre cele mai durabile, răspândite, precum şi cea mai cercetată modalitate dintre toate metodele psihoterapeutice". Există peste 10 milioane de practicanţi în Statele Unite şi sute de milioane în întreaga lume. Beneficiile ei sunt recunoscute pe scară largă, argumentate în peste 1000 de studii ştiinţifice, fiind introdusă în spitale, şcoli şi terapii psihologice de diverse orientări. Meditaţia a fost studiată intensiv şi promovată de către psihologia transpersonală de peste 30 de ani. În condiţii clinice, la anumiţi indivizi meditaţia este utilă pentru reducerea tensiunilor, anxietăţii, psiho-patologiilor asociate stresului (insomnia, bâlbâiala, hipertensiunea arterială sau aritmia) şi autoînvinuirilor, pentru

reducerea dependenţei de droguri, sporirea stimei de sine, îmbunătăţirea stării sufleteşti, facilitarea exprimării emoţionale, creşterea creativităţii, eficienţei şi resurselor de energie vitală. Meditaţia conduce la creşterea seninătăţii şi detaşării, o minte mai calmă şi o reducere a impactului suferinţei. Pentru a fi utilizată cu succes, meditatorul trebuie să manifeste un anumit grad de autodisciplină şi să nu aibă o nevoie excesivă de „a ţine totul sub control" (meditaţia ducându-l într-o zonă de conştiinţă inedită, necunoscută până atunci).

21 octombrie 2010

Dintre toţi savanţii (universitari din ştiinţe naturale şi discipline umane), cei mai sceptici privind posibilitatea fenomenelor paranormale sunt – cine credeţi? - psihologii!!! Mai concret, într-o statistică recentă a American Psychological Association, 34% din psihologii academici declară că fenomenele psi (telepatia, clarviziunea/vederea la distanţă, psihokinezia şi precogniţia) sunt imposibile. S-au efectuat studii psihologice după toate regulile ştiinţifice care atestă indubitabil din punct de vedere statistic existenţa acestor fenomene psi [10]. Dar credeţi că i-a convins pe ignoranţii cu diplomă? Aş, de unde! Prejudecăţile sunt mai puternice decât dovezile. În general, statisticile nu conving pe nimeni...

Din punctul meu de vedere, aceasta este o dovadă a incompetenţei învăţământului psihologic universitar actual din ţările „civilizate". Şi poate tocmai din acest motiv, psihoterapeuţii americani vor să se separe din asocierea cu psihologia „ştiinţifică", care îşi dovedeşte obtuzitatea şi inadecvarea la realitate. În decursul practicii clinice şi de consiliere, terapeutul se sensibilizează la problematica subtilă a sufletului, aflat dincolo de paradigmele ştiinţelor naturale.

În schimb, psihologia ştiinţifică vrea să explice totul pe baza biologiei şi fizicii. Este o dovadă crasă de pupincurism a psihologiei academice în faţa ştiinţelor clasice, de teama repudierii sale de către savanţii materialişti. În acelaşi timp, este, din păcate, o renunţare la statutul propriu, unic şi nobil al psihologiei, ce nu trebuie redusă la domeniul altor ştiinţe particulare.

18 noiembrie 2010

Spiritul şi sufletul nu sunt acelaşi lucru.

Spiritul este farul care luminează drumul sufletului prin întunecatul ocean al ignoranţei. Spiritul este reprezentantul permanent al Divinităţii în om. Singur, sufletul nu ar avea cum să îşi ducă viaţa conform moralei celeste, fiind legat doar de cele pământeşti. Îngerii păzitori din jur îi dau sfaturi bune, dar ei nu pot ţine locul propriului spirit, care conduce vehiculul corporal şi ţine permanent contact cu sufletul. Activitatea

[10] http://www.drjudithorloff.com/Free-Articles/Feeling-Future.pdf

îngerilor asupra sufletului este doar ocazională, chiar dacă îl supraveghează mereu de la distanţă.

Din aceste considerente, spiritul nu poate fi identic cu sufletul omului. Spiritul trebuie să fie o lumină mereu aprinsă, conştientă de divinitatea sa interioară, gata oricând să îndrume sufletul atunci când se află la ananghie sau într-o dilemă morală.

Cei care susţin că spiritul ar fi identic cu sufletul o fac pentru a simplifica chestiunea continuităţii conştiinţei după moarte. Astfel, ştiind că după moarte rămâne spiritul nemuritor, ei afirmă că sufletul omului este acelaşi spirit, dar „adormit".

Dacă însă spiritul încarnat ar fi inconştient de divinitatea sa, ar lipsi orice reper sacru din câmpul conştiinţei umane. În niciun caz omul nu se poate baza doar pe învăţăturile exterioare ale preoţilor sau şamanilor. Ce s-ar întâmpla când ele ar lipsi (caz frecvent), ar fi eronate sau răuvoitoare?! Omul ar fi atunci lipsit de orientarea spre calea divină. Dar Dumnezeu nu ne lasă niciodată fără ajutor, iar ajutorul este chiar în noi, bine ascuns, dar de nădejde. Dumnezeul Cosmic este mult prea departe, Îngerii Săi au misiunea de protecţie în ocazii speciale, şi atunci, cine rămâne nonstop la cârma corăbiei sufletului? Spiritul, desigur, această scânteie din Dumnezeire. El este nemuritorul.

La moarte, sufletul se retrage pe nesimţite în sfera spiritului, fiind înnobilat cu perspectiva universală a acestuia. Este precum procesul prin care o picătură de apă se scurge în ocean – ea nu se usucă, nu-şi pierde proprietăţile fluide, dar în schimb capătă o viziune mult mai largă asupra vieţii.

27 februarie 2011

„*Omul nu poate nimic fără Dumnezeu*", spun cei care se dau foarte pioşi. Este o afirmaţie gravă, care, în loc să ne apropie de Divinitate, ne descurajează, ne decepţionează şi ne supune voinţei celor mai puternici dintre noi. În fond, suntem convinşi că Dumnezeu este greu de atins şi că nu ne va satisface orice dorinţă... Deci ar trebui să aşteptăm toată viaţa mila Sa, ca nişte cerşetori neputincioşi, nedemni şi frustraţi.

Dimpotrivă, trebuie să credem că omul îl are pe Dumnezeu în el, sub forma spiritului său individual. Desigur că putem primi ajutoare nesperate de la îngerii păzitori, de la spirite elevate şi puternice care îndeplinesc Voia Divină, cu şi fără rugăciunile noastre fierbinţi. Dar nimeni şi nimic nu poate suplini voinţa spiritului încarnat în corpul şi sufletul nostru. Acest spirit însuşi este o parte din Divinitate, are calităţi divine. Voinţa este suprema armă spirituală. Deci <u>omul poate orice</u> tocmai fiindcă în el este prezent Dumnezeu, prin reprezentantul său – spiritul individual care ne dă identitatea.

Dar, atâta timp cât confundăm spiritul cu sufletul, ar fi desigur o nepioşenie să ne credem dumnezei! Sufletul nostru este imperfect şi nu prea doritor de înţelepciune. Însă, odată ce le separăm, putem afirma

fără modestie că Dumnezeu locuieşte în noi, iar puterea noastră de a face lucruri bune şi chiar miracole vine numai de la El. Totuşi, sufletul nostru se poate opune inspiraţiei divine, din păcate, prea des. Sufletul nostru este liber să asculte de indicaţiile spiritului sau să acţioneze după cum are chef ori este influenţat din exterior...

Chiar dacă nu putem demonstra ştiinţific, suntem condamnaţi să credem că sufletul nostru pământesc diferă de spiritul nostru ceresc. Altfel, ar trebui să admitem că fiinţa umană este alcătuită doar din lut, neavând nimic divin în ea. Partea divină din om se numeşte „spirit" şi are o conştiinţă proprie, precum Dumnezeu. De fapt, ea ne conduce viaţa, aşa că este mai conştientă de multe lucruri decât mintea noastră limitată.

Până la urmă, într-un fel, este adevărat că „*omul nu poate nimic fără Dumnezeu*", dacă înţelegem că Dumnezeu este în noi, iar faptele neinspirate de comandorul fiinţei noastre, spiritul, nu vor fi integrate în armonia vieţii universale, ci doar nişte acţiuni stângace, cu efecte imprevizibile şi chiar indezirabile.

Sunt mulţi satanişti care pot să facă foarte multe lucruri rele, fără Dumnezeu!

1 martie 2011

Dacă nu vei putea păstra un surâs interior când treci prin suferinţe şi necazuri, este aproape sigur că vei duce în spate acest rău mult timp de acum înainte, chiar şi după ce suferinţa se va fi sfârşit. Vei vrea să te răzbuni sau vei căpăta fobii, antipatii, o ură inexplicabilă etc., adică vei perpetua răul suportat, sub diverse alte forme. Buddha spunea: „când nu reacţionezi lăuntric la răul care ţi se face, tot atâta rău moare în lume". La acelaşi lucru se referă şi toleranţa creştină – îl ierţi pe cel care ţi-a greşit nu de dragul lui, ci pentru binele tău. În exterior poţi reacţiona - uneori chiar se impune fermitate -, dar lăuntric nu trebuie să porţi nicio ranchiună personală, căci tu nu te lupţi cu omul – o biată fiinţă izbită de colo, colo -, ci cu răul. Răul este un văl de iluzie aruncat peste realitatea binelui.

Diferenţa dintre sfinţii şi martirii închisorilor comuniste este că sfinţii au reuşit să îşi ierte torţionarii. Această iertare este un adevărat miracol. De obicei, oamenii merg pe urmele lăsate de rău în sufletul lor, brazde adânci care le dau direcţia atitudinilor şi comportamentelor viitoare. Sfinţii închisorilor au înţeles asta şi au vrut să se elibereze de condiţionarea psihică malefică. Când poţi să ierţi ceea ce este „de neiertat", cu adevărat te-ai eliberat din cea mai grea sclavie, sclavia resentimentelor.

7 aprilie 2011

Una e să foloseşti Voinţa, alta e să intelectualizezi, să imaginezi. Voinţa şi Imaginaţia sunt energii spirituale diferite.

Isus le spunea ucenicilor: *„Când vă rugaţi, să credeţi că aţi primi deja ceea ce aţi cerut*". Aici nu e vorba de autosugestie pozitivă, de iluzionare benefică. Voinţa este diferită de gândire. Cu ajutorul Inteligenţei ne stabilim ţeluri posibile şi dezirabile, dar Voinţa nu stă să analizeze. Voinţa este formată dintr-un scop şi o energie lansată către acesta. Este ca şi cum ai trage cu pistolul: îl poţi orienta în diverse direcţii, dar odată ce apeşi trăgaciul, eşti sigur de efectul devastator al glonţului.

„Credinţa" de care vorbeşte Isus nu este o convingere intelectuală în urma unei predici sau dezbateri, ci este siguranţa în efectul Voinţei spirituale. El a exprimat în cuvinte *efectul* angrenării Voinţei autentice, nu *mijlocul* intelectual prin care poţi obţine succesul. Voinţa este o forţă distinctă, nu e produsă de gândire, ci colaborează cu ea. În acest sens, „credinţa" nu este raţională. Uneori poate părea chiar naivă. De fapt, numai un om naiv îşi poate închipui că poate realiza o minune, nu-i aşa? Şi totuşi, oamenii realizează şi minuni, adică fapte dincolo de raţiune – prin Voinţă spirituală. Odată ieşit pe ţeavă, glonţul va pătrunde în orice material...

Voinţa acţionează dintr-o dată, imparabil, furtunos. Cu totul altfel acţionează tehnica autosugestiei, care înlocuieşte treptat obiceiurile greşite. Efectul Placebo ţine de Voinţă, nu de autosugestie...! Tocmai de aceea, devenind conştient de „minciuna placebo", efectul său nu mai poate fi reprodus (la fel de eficient) prin sugestie şi autosugestie conştientă.

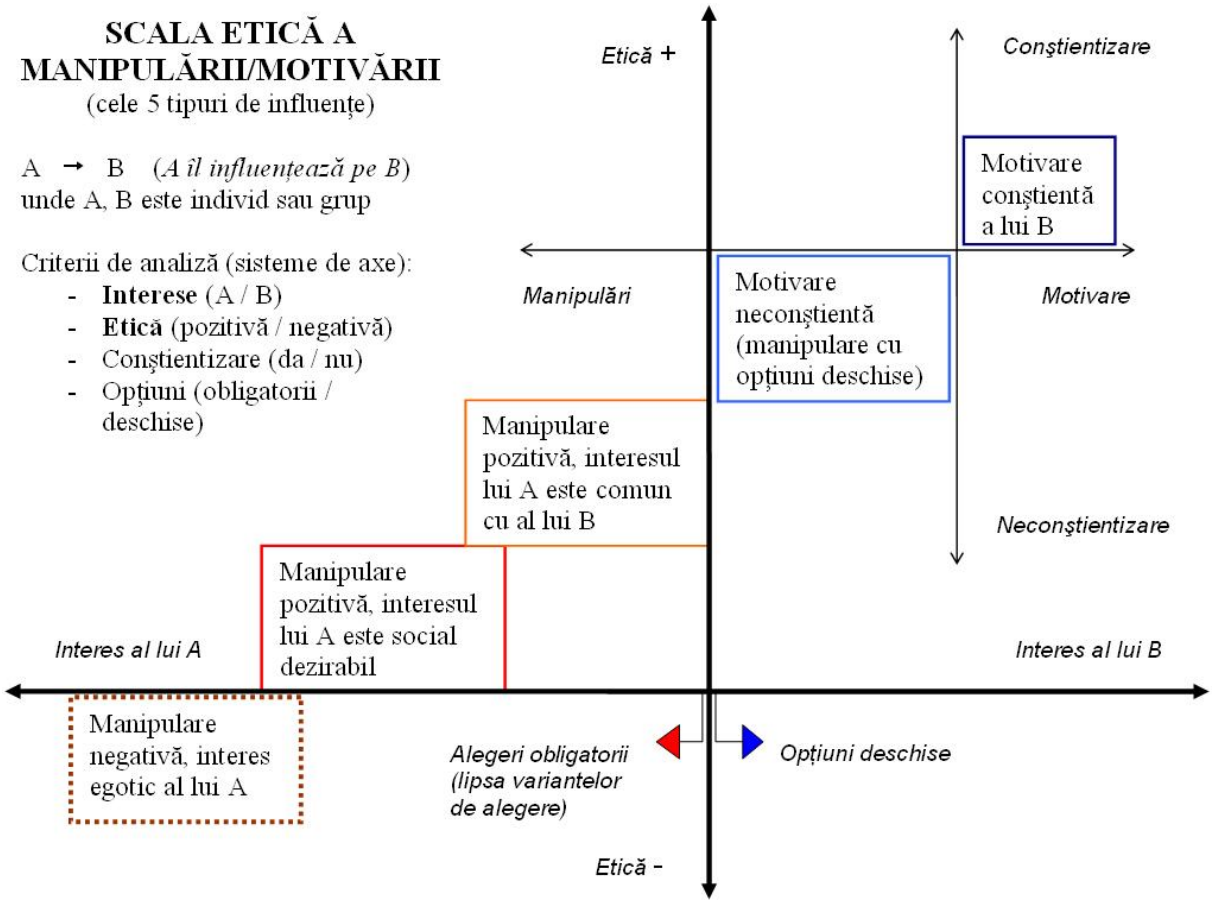
În urma unor studii ştiinţifice, savanţii au concluzionat că în cerebel se află cheia acestei probleme. Cerebelul fiind luat prin surprindere, creierul reacţionează bine la sugestia exterioară. Dar cerebelul prevăzând mesajul dorit prin autosugestie, el acţionează ca o barieră sau protecţie, împiedicând-o. (Cerebelul conţine 50% dintre neuronii creierului.)

Cerebelul pare a face legătura dintre Conştiinţă şi Minte.

26 aprilie 2011

* * *

SCALA ETICĂ A MANIPULĂRII SAU MOTIVĂRII


SCALA ETICĂ A MANIPULĂRII/MOTIVĂRII
(cele 5 tipuri de influenţe)
A → B (A îl influenţează pe B)
unde A, B este individ sau grup
Criterii de analiză (sisteme de axe):
- Interese (A / B)
- Etică (pozitivă / negativă)
- Conştientizare (da / nu)
- Opţiuni (obligatorii / deschise)
Etică +
Conştientizare
Motivare conştientă a lui B
Manipulări
Motivare
Motivare neconştientă (manipulare cu opţiuni deschise)
Manipulare pozitivă, interesul lui A este comun cu al lui B
Neconştientizare
Manipulare pozitivă, interesul lui A este social dezirabil
Interes al lui A
Interes al lui B
Manipulare negativă, interes egotic al lui A
Alegeri obligatorii (lipsa variantelor de alegere)
Opţiuni deschise
Etică -

3 august 2011

* * *

Stima de sine şi orgoliul sunt antagonice.

Stima de sine este un ecou al iubirii de Sine. În schimb, orgoliul este o urmare imediată a iubirii de ego. Apropiindu-te de Spirit, te depărtezi de ego, automat.

Smerenia este virtutea opusă orgoliului. Deci, stima de Sine şi smerenia sunt convergente, deşi sunt atitudini psihologice diferite.

Smerenia este diferită de umilinţă. Smerenia este îngenunchere în faţa Puterii, Iubirii şi Înţelepciunii lui Dumnezeu, pe când umilinţa este îngenunchere în faţa oamenilor. Uneori smerenia şi umilinţa se suprapun aparent, dar nu întotdeauna.

Demnitatea nu este totuna cu onoarea. Demnitatea are legătură cu stima de sine şi valorile umane perene, pe când onoarea este o convenţie socială, provenind din tradiţii şi cultură. Onoarea are legătură cu lezarea egoului, pe când demnitatea apără manifestarea Sinelui divin în lume. Uneori, onoarea şi demnitatea se suprapun, dar nu întotdeauna.

Sine Suprem: Stimă de sine – smerenie – demnitate

Ego: Orgoliu – umilinţă – onoare

13 octombrie 2011

Paradoxuri perene şi o soluţie comună

Budiştii se întreabă de ce trebuie să practicăm Calea în căutarea iluminării dacă Buddha se află deja în noi, după cum spun toţi înţelepţii.

Advaita Vedanticii se întreabă de ce ne simţim distincţi de celelalte fiinţe dacă, în realitate, suntem una cu Universul şi cu Divinitatea Creatoare.

Creştinii se întreabă de ce Isus se adresa ca unei alte persoane Tatălui din Ceruri dacă era unit cu El, cum ne învaţă dogma despre Sfânta Treime.

Spiritiştii se întreabă de ce am uitat vieţile anterioare şi toate celelalte cunoştinţe spirituale dacă noi suntem spiritul care s-a reîncarnat.

De ce nu e cazul să ne temem de moarte, dar trebuie să preţuim fiecare clipă a vieţii noastre?

Cum e posibilă continuitatea conştiinţei după moarte, dar experimentăm zilnic discontinuitatea ei, în starea de somn?

Toate aceste nelămuriri au un răspuns comun simplu: modelul triadic Spirit-Conştiinţă-Minte.

26 decembrie 2011

PROFILAXIA ÎNDRĂGOSTIRII SUPERFICIALE

Priveşti o persoană de sex opus care respectă toate standardele tale de frumuseţe şi atracţie sexuală. Sau poate că are farmecul bogăţiei ori faimei... Imediat, într-o clipită, în minte apare un gând suplimentar de genul „asta îmi va aduce fericirea". Şi te îndrăgosteşti subit de ea. Nu te îndrăgosteşti de omul respectiv, cu bunele şi relele sale, cu problemele şi darurile sale. Ci de promisiunea fericirii lipită de imaginea sa. Deci, speranţa în fericirea pe care ţi-o va aduce acea persoană este cea care te face să spui: „*M-am îndrăgostit!*". Dar acea persoană nu este jumătatea ta predestinată, ci proiecţia minţii tale. Ce este de făcut?...

- Pustnicii se izolează fizic de oameni, de teama femeii. Este o soluţie pe jumătate, doar se amăgesc că au depăşit ispita, sperând că practica spirituală va îndepărta automat dorinţa din minte. Uneori se întâmplă şi asta. Dar de obicei păstrează o tensiune, o teamă, o frustrare – şi învăţăturile monastice sunt pline de astfel de exemple.

- Nici interzicerea prin norme nu este o soluţie grozavă. Societatea creştină (ca şi cea islamică) este plină de exemple de adulter sau relaţii ratate, în ciuda unor prohibiţii exterioare. „*Ochiul vede, inima cere*", se spune... Ochiul priveşte ceva, orice, iar mintea adaugă inconştientă „*asta îmi va aduce fericirea*". Aşa apare dorinţa insaţiabilă şi nepotrivită... Acest gând are o forţă mult mai mare decât a instinctelor primare. El este cauza multor eşecuri, luându-ne minţile când alegem un partener

nepotrivit. Omul civilizat a învăţat să-şi controleze instinctele într-o mare măsură, dar nu şi gândurile! Supravegherea gândurilor se învaţă doar în şcolile spirituale, uneori şi în arta dramatică...

Soluţia înţeleaptă este să poţi păstra imaginea, fără să-i negi frumuseţea, dar să împiedici apariţia simultană a acelui fals gând „*asta îmi va aduce fericirea*". Atât. Mentalizează intens gândul opus „ASTA NU ÎMI VA ADUCE FERICIREA !" şi va fi suficient ca dorinţa să-şi slăbească strânsoarea. Vei începe să experimentezi starea de libertate lăuntrică. Devenind mai liber, te vei simţi mai fericit!...

Acest procedeu funcţionează şi în cazurile de dependenţe uşoare, mici vicii, însoţindu-l cu o stare autoindusă de dezgust, repulsie, chiar teamă faţă de obiectul de care vrei să te îndepărtezi psihologic.

Maestrul Yogananda spunea că un obicei este o idee prin care mintea crede că nu poate sau că nu este bine să scape de un anumit gând. Tot el spunea că un om devine bătrân în clipa când refuză să depună eforturi pentru a se îmbunătăţi.

5 noiembrie 2012

AUTOSUGESTIA ESTE POTENŢATĂ DE AUTOCUNOAŞTERE

Unii dintre cei care încearcă metodele de autosugestie se plâng ulterior că, în ciuda insistenţei lor, nu au obţinut rezultatele dorite de ei. S-ar putea întâmpla ca, într-un fel sau altul, să îşi ştie destul de bine calităţile şi defectele, dar să nu dorească nici în ruptul capului să schimbe ceva la ei. De câte ori nu am auzit fraza „Aşa sunt eu şi nu mă pot schimba!". Sună aproape ca o mortificare, o îngropare în ciment. Din fericire, viaţa le dă din când în când nişte ghionturi serioase, obligându-i să avanseze pe calea transformării interioare.

O altă cauză ar putea fi faptul că încă nu se cunosc pe ei înşişi. Neînţelegându-se bine, nici nu ştiu ce au cu adevărat nevoie la un moment dat. De aceea, încercarea lor s-ar putea ciocni cu interesele profunde ale personalităţii lor, iar eşecul este previzibil. În acest caz, măsura imediată absolut necesară este să înceapă şedinţele de introspecţie şi autocunoaştere psihologică şi spirituală. Înaintând pe acest drum, poate că îşi vor descoperi cu totul alte interese şi modalităţi de acţiune.

Deseori ne opunem la nivel inconştient, din cauza unor scheme de gândire eronate sau a unor emoţii refulate care ne pun piedici inexplicabile. Odată însă ce ne descoperim o anumită condiţionare psihică, calea spre succes devine clară. Nu avem decât să ne amintim mereu, tot mai des şi detaşaţi emoţional, de acel mecanism psihic care ne face să acţionăm, să gândim altfel decât am vrea şi atunci el îşi va pierde puterea asupra noastră, iar în final va dispare.

9 noiembrie 2012

EMOŢIILE NEGATIVE

Nu te lăsa îngrijorat de viitor, oricât de „raţională" ar părea fi această grijă! De ce? Fiindcă s-ar putea să te înşeli cu totul. Şi chiar dacă temerile tale sunt întemeiate, când se va ivi problema, vei ştii atunci cum să acţionezi, te vei putea mobiliza. Acum însă eşti paralizat, fixat doar pe partea negativă a provocării – grija –, incapabil să o găseşti şi pe cea pozitivă – acţiunea. Asta nu înseamnă să nu prevezi, cu detaşare, evoluţia probabilă a lucrurilor. Dar eu mă refeream la dispoziţia adiacentă, la acea îngrijorare nefolositoare...

> «*Şi de ce vă îngrijoraţi de îmbrăcăminte? Uitaţi-vă cu băgare de seamă cum cresc crinii de pe câmp: ei nici nu torc, nici nu ţes; totuşi vă spun că nici chiar Solomon, în toată slava lui, nu s-a îmbrăcat ca unul din ei. Aşa că, dacă astfel îmbracă Dumnezeu iarba de pe câmp, care astăzi este, dar mâine va fi aruncată în cuptor, nu vă va îmbrăca El cu mult mai mult pe voi, puţin credincioşilor? Nu vă îngrijoraţi, dar, zicând: „Ce vom mânca?" sau: „Ce vom bea?" sau: „Cu ce ne vom îmbrăca?" Nu vă îngrijoraţi, dar, de ziua de mâine; căci ziua de mâine se va îngrijora de ea însăşi. Ajunge zilei necazul ei.*» (Matei 6.28-34)

Ai trăit la un moment dat o grijă, o spaimă, un stres, care a durat cel puţin câteva zile. Poate că acest stres nu te-a lăsat să dormi, trezindu-te deseori din somn şi făcându-te să te gândeşti iar şi iar la aceleaşi lucruri, în mod aproape inutil.

Sau, dimpotrivă, poate că reuşeai să scapi de grijă pe timpul somnului reconfortant; dar în momentul exact al trezirii simţeai cum reintri într-o carcasă energetică a stresului. Era ca o coborâre dureroasă din tărâmul idilic al visului într-o grotă a realităţii. Ai simţit clar, obiectiv, acea energie crispantă, pe care tot tu ai creat-o, prin grijile întreţinute în minte. Era o energie care te strângea şi de care nu mai puteai scăpa decât în somn, fiindcă devenise obiectivă, căpătând forţă şi autonomie.

Iată care este puterea emoţiilor necontrolate!

13 noiembrie 2012

FIECARE ZI E ALTFEL

Un lucru care îmi atrage atenţia zi de zi este faptul că fiecare zi diferă de celelalte. Are o altă energie, încă de la trezire mă simt altfel decât ieri. Practic, nu există repetiţie, fiecare zi este unică, parcă ar fi o nouă viaţă. Unii poate au impresia că zilele sunt monotone, urmând aceeaşi rutină dictată de societate. Dar nu e aşa. Poate că gesturile noastre sunt aceleaşi, dar energia zilei este unică. Este un lucru absolut cert, printre puţinele lucruri sigure pe lume.

Energia zilei îţi colorează universul tău psihologic. De aceea, nu poţi pune bază fermă pe dispoziţiile tale atunci când iei decizii importante. Mai amână o zi, două. Noaptea este un sfetnic bun... Proiectezi asupra vieţii idei conforme cu dispoziţia ta de moment. Dacă eşti supărat şi îngrijorat, viaţa ţi se pare mizerabilă. Dacă ai succes şi speranţe, viaţa pare minunată. Când eşti năpădit de rutină, viaţa îţi pare inutilă. Însă afectele şi dispoziţiile tale nu sunt de încredere. Nu-ţi poţi baza speranţele doar pe frumuseţea cerului senin, nu trebuie să te întristezi doar fiindcă vine scadenţa la bancă. Acestea sunt accidente cotidiene, efemere, deci nu te poţi baza pe ele în atitudinea ta asupra vieţii.

Trebuie să rezolvi singur acest paradox: Eşti într-o permanentă transformare, de la o zi la alta, de la un an la altul. Şi totuşi, ai impresia clară că tu NU eşti o energie, o dispoziţie mobilă, un vânt schimbător. Simţi că există în tine ceva stabil, identic cu sine de la naştere şi până la moarte, poate şi după... Deci, care e punctul tău forte, reperul interior în toate ipostazele vieţii?

2 decembrie 2012

* * *

După doctrina budismului Mahayana, omul nu constituie o adevărată unitate, ci este un agregat de stări, de conştiinţe şi de elemente. Ceea ce preexistă înainte de naştere şi se continuă după moarte (numit în Occident „spirit nemuritor") nu este individul uman, ci Forţa Inteligentă care a determinat un asemenea agregat.

Prin moarte, organismul se dizolvă, hrănind mai multe conştiinţe inferioare ca dezvoltare. E vorba despre particulele fizico-chimice, eterice (vitale) şi astrale (idei şi emoţii) în care s-au descompus corpurile fizic, eteric şi cel astral. Rămâne întreagă doar Forţa centrală unificatoare (spiritul), capabilă să se manifeste din nou într-unul din planurile existenţei condiţionate (adică să se reîncarneze).

Mă întreb: oare câţi dintre căutătorii spirituali occidentali nu s-au lăsat atraşi mai degrabă de învăţăturile esoterice contrare (care consideră că mintea omului este chiar spiritul)...! Acestea par a fi mai degrabă nişte învăţături satanice, căci susţin nemurirea ego-ului (în acest fel, ego-ul fiind încurajat să se umfle ca un balon).

29 ianuarie 2013

Cu cât eşti mai pur, cu atât devii mai sensibil şi agitaţia fără rost a lumii te oboseşte. Multe persoane evoluate spiritual care trăiesc în mijlocul oraşului zgomotos au nevoie de mai mult somn pentru refacere. Ele preferă liniştea, natura, aşezările umane izolate de „nebunia" urbană. Stresul pe care îl îndură orăşenii le creşte nivelul de agresivitate. Cele mai multe probleme psihice sunt înregistrate în marile metropole. Marile aglomerări urbane nu sunt speranţa viitorului, ci un abator al rasei umane.

25 martie 2013

În urma avalanşei de informaţii, stilul de lectură al omului modern s-a schimbat. A devenit rapid şi superficial. Dar pentru a trage foloase dintr-o lectură spirituală, e nevoie să o reiei răbdător, dedicând paragrafelor momente de reflecţie care să dureze cât cititul sau mai mult. Prin reflecţie, în linişte, informaţiile se sedimentează, dar mai important, îţi vin în minte noi idei conexe, laşi imaginaţia să lucreze.

Pentru că lectura ocupă mult timp, omul modern o înlocuieşte cu vizionarea de filme şi filmuleţe (care, de fapt, îţi răpesc şi mai mult timp!). Este mai relaxantă, dar şi mai săracă în informaţii importante decât o lectură. Rareori filmul bate cartea! Lectura păstrează avantajul unic de a stimula creativitatea, solicitând mintea să completeze golurile dintre cuvinte. Oare ne apropiem de scenariul prefigurat în celebra carte ecranizată „Fahrenheit 451”?

27 mai 2013

Conştienţa este funcţia Conştiinţei. Prin urmare, Conştiinţa este privită ca un „organ” psihic.

* * *

Atenţia vigilentă începe asupra propriei persoane, cu autoobservarea activităţii psihice. În practica spirituală, înainte de a da atenţia cuvenită detaliilor exterioare, trebuie să te analizezi pe tine însuţi. Dar asta nu înseamnă să dispreţuieşti lumea sau să nu-i dai importanţă...!

10 iunie 2013

Când cineva îţi face o observaţie critică, natural ar fi să nu te superi: Dacă ai greşit, critica este obiectivă şi ţi-ar folosi să te corectezi, mulţumind în gând celui care te-a avertizat.

Dacă nu ai greşit, eroarea este de partea celuilalt. Tu nu ai ce să-ţi reproşezi, deci nu te supăra pentru eroarea LUI de percepţie. Iar dacă eşti prea sensibil la imperfecţiunile lumii, acum ai ocazia să-ţi aminteşti că ar fi bine să te mai înţelepţeşti...

Pare raţional, dar în practică nu se întâmplă aşa. Cauza constă în emoţiile noastre, în impulsurile inconştiente, care ne domină în majoritatea timpului.

De aceea utopiile sunt irealizabile – fiindcă nu ţin cont de complexitatea psihicului uman.

23 august 2013

Întreabă-te „*cum este conştiinţa mea când nu are nimic de perceput?*”, dar nu pentru a o descrie cuiva. Răspunsul pe care îl vei primi ar trebui să fie o stare imposibil de descris sau explicat.

Întrebarea însăşi e o capcană. Conştiinţa este atenţia pură, fără o formă proprie (căci ea ia forma obiectului studiat). Conştiinţa este precum un spaţiu gol dilatat fără limite, centrat în fiinţa ta. Încercarea de a da o formă senzorială sau mentală conştiinţei va eşua de fiecare dată când revenim cu întrebarea „*cum e conştiinţa mea?*”. Acest aparent eşec ar putea duce în final la stingerea imaginaţiei şi la cunoaşterea directă a Conştiinţei. Aceasta este adevărata stare mistică, uimitoare.

În acelaşi scop, marele maestru mistic Ramana Maharishi propunea o altă întrebare, „*cine sunt eu?*”, repetată până la obţinerea intuitivă a răspunsului.

22 septembrie 2013

PĂCATUL NAIVITĂŢII

La prima vedere, naivitatea este un simplu defect uman. Aproape tangent cu virtutea. Nu spunea Isus „*Lăsaţi copilaşii să vină la Mine, căci Împărăţia Cerurilor e a celor ca ei!*” (Matei 19:14)?! De ce atunci cel mai neînsemnat defect uman, care e infantilismul, este pedepsit cu atâta duritate şi suferinţă? Unde e dreptatea şi înţelepciunea lui Dumnezeu?

Pentru a înţelege, trebuie să ne schimbăm punctul de vedere. Dintr-o perspectivă superioară, naivitatea este un păcat spiritual! Privind-o astfel, nu vom mai fi înclinaţi spre autoindulgenţă. Este un păcat pentru că ne separă de perfecţiune. Sigur, nu-i la fel de grav ca altele. Dar încă e un obstacol împotriva progresului şi perfecţiunii spre care tinde spiritul... Pedeapsa vine de la sine, dictată de legile societăţii. Nu e treaba lui Dumnezeu. Credulul este, prin definiţie, ţinta batjocurii celorlalţi.

Dar de ce ar fi naivitatea chiar un sacrilegiu?

Naivul îi consideră pe toţi oamenii la fel de buni şi de încredere, în mod egal. Ceea ce este o supoziţie falsă şi fără discernământ. Care nu se răsfrânge numai asupra sa, ci şi asupra mediului social în care vieţuieşte. Acordând încredere celor care nu sunt demni de ea, inocentul le dă o putere pe care nu o merită, încurajându-i să greşească în continuare. Naivul devine complice cu răul plin de tupeu.

Dimpotrivă, după ce-şi primeşte pedeapsa, imaturul se trezeşte la realitate şi începe să-i vadă pe acei oameni cu adevărat buni şi oneşti, care erau acoperiţi de larma şi umbra falşilor prieteni. Abia devenind lucizi ne dăm seama cât de rari sunt oamenii de valoare. Este chiar un miracol că ei există în carne şi oase.

Până acum, ne complăceam într-o dulce suficienţă şi lipsă de responsabilitate. Nu diferenţiam binele de rău. Dobândind luciditatea necesară, prin suferinţă, vom avea dorinţa intensă de a-i respecta, ajuta, încuraja pe aceşti oameni virtuoşi, rari precum diamantele. Lucrul ăsta

nu-l făceam înainte, fiind ameţiţi de farmecele ipocriţilor, pe care îi hrăneam material şi spiritual. Abia acum am devenit aliaţi ai Binelui şi ai lui Dumnezeu. Cu sacrificii şi durere, dacă altfel nu s-a putut...

Prin urmare, antidotul naivităţii este luciditatea, dar şi fermitatea atitudinii.

Pierzându-ne candoarea, nu trebuie să cădem în cealaltă extremă, a cinismului şi răzbunării. Idealul este să avem o inimă caldă şi o minte rece. Echilibru, e adevărat, greu de atins! Să avem puterea de a iubi pe oricine, dar şi rezerva şi prudenţa obligatorii. Vedem că, în această lume agresivă, oamenii foarte blânzi şi amabili sunt tare batjocoriţi. Doar prin fermitate putem ţine dracii la distanţă, ca să nu se obrăznicească. Trebuie şi putem să fim oricât de buni, dar să nu fim proşti...! Asta e dreptatea şi înţelepciunea lui Dumnezeu.

29 ianuarie 2014

Compatibilitatea în căsnicie

Vizează aspectul:

- Fizic şi sexual (aspectul corpului fizic, atracţie reciprocă, potrivire sexuală etc.);
- Profesional şi material (înţelegerea şi acceptarea ocupaţiei celuilalt, pretenţii legate de susţinerea financiară şi materială a familiei etc.);
- Personalitate (caracter, temperament, inteligenţă etc.);
- Cultural şi educaţional (valori, religie, obiceiuri etc.);
- Karmic şi spiritual (relaţii şi obligaţii din alte existenţe, nivel de evoluţie al celor două spirite încarnate, predestinarea pentru uniune permanentă ori misiune comună etc.).

Ideal ar fi să existe o compatibilitate perfectă la toate nivelurile, dar mai rar se întâmplă aşa în practică. Consultanţii premaritali ar trebui să abordeze toate aceste aspecte ale relaţiei dintre logodnici.

7 martie 2014

Gândurile seamănă cu folosirea computerelor.

Poţi folosi autonom un computer – atunci gândeşti singur, singurel. Dar poţi lega computerul la internet – şi atunci gama posibilităţilor mentale creşte exponenţial. Aşa este cu gândurile. Din fericire, mintea destupată apelează automat baza de date universală atunci când are de rezolvat o problemă, de aceea şi pot apărea, câteodată, soluţii geniale.

De fapt, putem înţelege mai bine cum funcţionează mintea abia după inventarea internetului. Informaţiile vehiculate pe internet (ca şi în univers, la o scară mult mai mare) sunt practic infinite (pentru puterea noastră de procesare şi timpul disponibil).

* * *

Practica spirituală esenţială: o minte CALMĂ, o inimă CALDĂ. Pregăteşte-ţi mintea ca să te ajute la primirea în inimă a comuniunii cu Sfinţii şi Îngerii. Doar ei îţi pot da harul fericirii şi compasiunii divine. Mintea e doar un receptacul, nu un generator de fericire.

19 octombrie 2014

În aceeaşi serie de cărţi – culegeri de texte publicate de către autorul Răzvan Alexandru Petre în website-ul www.spiritus.ro fac parte următoarele titluri:

1) Esoterismul în mileniul 3
2) Karma, valurile timpului
3) Spiritele în dialog cu noi (în colaborare cu Nina Petre)
4) Cristos, binele, adevărul
5) Spiritualitatea în psihologie
6) Filosofie spirituală